

ТВОЙ СОВЕТ НУЖЕН ВСЕМ!

АНТИКРИЗИСНАЯ ГАЗЕТА

1000 секретов

и миллион советов



В баню —
за красотой!

стр. 2

№1
январь
2017

Новинка!

всего
за **3,95** грн.

цена по подписке — 2,80 грн.

Массаж стр. 10
**поможет
похудеть!**

**Вяжем теплые
варежки** стр. 24

**Гимнастика
для глаз** стр. 13



**Домашние
пироги** стр. 16

**Как получить
бесплатные
лекарства** стр. 32

стр. 15

стр. 20 **На что
сердится
малыш?**

7 СЕКРЕТОВ КРЕПКИХ ОТНОШЕНИЙ



ПОДЕЛИТЕСЬ ОПЫТОМ! **100 ГРИВЕН** ЗА ОПУБЛИКОВАННОЕ ПИСЬМО!



За красотой – в баню!

«Мне нравится посещать баню, сауну, хамам. Люблю ощущение чистой распаренной кожи после термических процедур. Как правильно ухаживать за ней после парной для наилучшего эффекта?»

Ольга КИСЕЛЕВА

В хамаме температура относительно невысока – до 50°, однако влажность достигает 80%. Это способствует размягчению верхнего слоя кожи. Для его очищения можно применять мыло, гели для душа, скрабы. После мытья полезно сделать, не выходя из хамама, массаж с маслом виноградных косточек или зародышей пшеницы. А закончив процедуры, ополоснуться и нанести на лицо, шею и зону декольте питательную маску. Проблемные зоны можно обработать антицеллюлитным кремом.

В бане, как правило, температура повыше (до 70°), а влажность поменьше – до 70%. В таких условиях кожа становится очень чувствительной, поэтому скрабы применять не рекомендуется. Лучше задействовать парение березовым или дубо-

вым веником, мытье мочалкой, ополаскивание травяными настоями. После бани не помешает нанести на лицо успокаивающую маску с травяными экстрактами.

В сауне температура достигает 120° при влажности не более 15%. Это серьезный стресс для кожи, а потому она нуждается в подготовке. Вымойтесь с гелем для душа, оботритесь насухо и нанесите на тело легкий крем или флюид с экстрактами алоэ, календулы, ромашки. Подождите, пока средство впитается, и заходите в сауну. Во избежание ожогов в самой сауне косметику применять не следует. А после процедуры можно ополоснуться теплой водой, обработать тело мягким скрабом и нанести питательный крем.

Мужским рукам тоже нужен уход

Муж после работы в мастерской жалуется на сухость и трещинки на руках. А в перчатках работать ему неудобно. Поэтому я готовлю для него заживляющий и успокаивающий крем.

Смешиваю 1 ч. л. жирного крема, 1/2 ч. л. алоэ и 1 каплю эфирного масла лаванды. Крем муж втирает в вымытые и продезинфицированные перекисью водорода руки на ночь.

Кстати, муж попробовал использовать этот крем после бритья – понравилось!

Елена ГЛУШАК

Для умывания – отруби

Если кожа от холода и ветра начинает шелушиться, средство для умывания лучше заменить отрубями – пшеничными, овсяными, рисовыми или миндальными.

Вымыть лицо прохладной водой. Насыпать на ладонь 1-2 ст. л. отрубей, смочить их теплой водой и образовавшейся кашицей обтереть лицо. После этого снова вымыть лицо прохладной водой. Если позволяет время,

кашицу можно оставить на лице на 5-10 мин., а затем умыться. Отруби не только очищают кожу, но и смягчают, отбеливают.

Для очищения и умывания лица я также использую мякиш черного хлеба, предварительно размоченный в воде. Полученную кашицу наношу на лицо, а через 2-3 мин. смываю водой. За несколько дней кожа восстанавливается.

Елена СУЛТАНОВА



5 причин увядания кожи

Чтобы сохранить молодость кожи, избавьтесь от некоторых вредных привычек.

1 Поменьше смотрите в смартфон. Постоянное вглядывание в экран и прищуривание глаз приводят к появлению «гусиных лапок» и морщинок между бровями.

2 Не ешьте жирного и сладкого. Избыток жиров и простых углеводов изменяет функции сальных желез, что способствует образованию ранних морщинок.

3 Не курите. Никотин сужает сосуды, что делает кожу вялой, придает ей землистый оттенок.

4 Спите в правильной позе. Не утыкайтесь лицом в подушку, чтобы не нарушать кровоснабжение кожи и не провоцировать заломы. Лучше всего спать на спине.

5 Снимайте косметику на ночь. Во время сна поры кожи выводят жир и прочие выделения. И если косметика осталась на лице, все это скапливается под ней, приводя к появлению прыщиков, морщинок и черных точек.





Гель для душа: делаем сами

Гели для душа стали вызывать у меня раздражение на коже. Поэтому я научилась готовить это средство сама – безвредное и бюджетное.

Кусок детского мыла (100-125 г) тру на терке, заливаю 1 л воды и ставлю на слабый огонь. Помешивая, довожу массу до кипения и ввожу 1 ст. л. оливкового масла. Хорошо перемешиваю, даю остыть, а затем переливаю гель в бутылку с дозатором.

Если в полученную массу добавить 2 капли любимого эфирного масла (мне нравятся запахи герани и лимона), то получится ароматизированный гель. А чтобы добавить средству скрабирующий эффект, размешайте в нем 1-2 ч. л. сухой кофейной гущи.

Ольга ЛОБОДА

Легкое расчесывание

После посещения бассейна мои волосы стали пушиться и путаться. Я решила приобрести средство для легкого расчесывания. Но, изучив на упаковке состав, поняла, что он схож с составом бальзама для волос.

Я развела 1 ч. л. бальзама в 1/2 стакана воды и перелила средство в бутылку с распылителем. Стала наносить это средство перед каждым расчесыванием. Помогло.

Алена ГРОЗА

Как укрепить ногти

2-3 раза в неделю я делаю ванночку для укрепления ногтей. Смешиваю 1/2 стакана яблочного уксуса и 1/2 стакана любого растительного масла, опускаю в смесь кончики пальцев минут на 10. Приготовленную смесь можно использовать несколько раз.

Ирина ЧАЧИНА



Подбираем головной убор по форме лица

Не носите шапки и шляпки, потому что считаете, что они вам не идут? Возможно, вы просто не нашли подходящий силуэт. А исходить нужно из вашей формы лица.

● Круглое лицо (1) нужно зрительно вытянуть. Этому послужат шапка с помпоном, шарф-хомут, фуражка, шляпы слауч (с округлым верхом и полумягкими, опущенными полями), хомбург (с загнутыми вверх полями) и федора (с трапециевидной тульей и мягкими полями). Избегайте

круглых шляп и обтягивающих голову шапок.

● На дамах с овальной формой лица (2) стильно смотрятся ассиметричные уборы. Сильно облегающих шапок и шляп лучше не носить. Рекомендуются фасоны: фуражка, чалма, шапка бини («носок») или с отворотом, шляпы федора, клош (с опущенными узкими полями).

● Треугольное лицо (3) требует акцента на глазах и средней части лица. Для этого носите головные уборы, полностью закры-

вающие лоб. Избегайте облегающих шапок, а безбоязненно носите шапки с помпоном и ушанки, кепи, береты, шляпы без полей, федоры и клоши.

● Квадратное лицо (4) требует визуального смягчения линий. Выбирайте головные уборы, мягко обрамляющие лицо. Спортивные шапки сдвигайте назад, у «ушанок» оставляйте опущенными уши. Вам подойдут также шапка бини, береты, кепи, шарф-хомут, шляпы хомбург и слауч.



Лунный календарь красоты

с 23 января по 5 феврал

23-24 января Луна в Стрельце

Займитесь питанием и увлажнением кожи. Знаки Земли, обратите внимание на состояние ногтей – скорее всего, им грозит пересушивание.

25-26 января Луна в Козероге

Эпиляция, маникюр, педикюр отменяются, в первую очередь это относится к знакам Огня. Для очищения кожи желательно применять только мягкие средства.

27-28 января Луна в Водолее

Для ухода за кожей лица и тела используйте увлажняющие средства. Знакам Воздуха не стоит увлекаться физическими нагрузками.

29-31 января Луна в Рыбах

Для ухода за кожей будут особенно эффективны средства с алоэ. Удачное время, чтобы начать курс восстановительных масок для волос.

1-2 февраля Луна в Овне

Благоприятны омолаживающие косметические процедуры и манипуляции с волосами.

3-4 февраля Луна в Тельце

Для кожи лица, шеи и области декольте показаны увлажняющие и питательные маски.

5 февраля Луна в Близнецах

Хороший эффект дают витаминные маски. Стрижка, сделанная в этот день, долго будет сохранять форму.

8 приемов для идеального порядка

У меня трое маленьких детей, а это значит – ежедневная уборка в больших масштабах. Однако она не отнимает кучу времени: я наловчилась справляться с самыми неожиданными ситуациями быстро.

1 Чтобы не мыть постоянно пластмассовые игрушки, которые одни дети раскидывают по всему дому, а другие тянут в рот, я 1-2 раза в неделю стираю их в машинке, сложив в мешок для стирки из мелкой сетки.

2 Иногда приходится бороться с последствиями «творческих выплесков» юных художников. Следы от фломастеров на полу или столе мне удавалось удалить, протерев их зубной пастой или содой, нанесенной на влажную губку.

3 Дочка однажды утащила и разлила на ковре лак для ногтей. Я тут же налила сверху жидкость для снятия лака, и – о, чудо! – пятна удалось избежать! Остатки я стерла бумажным полотенцем.

4 Помимо детей, у нас еще есть пуши-



стый кот. Чтобы его шерсть не сильно прилипла к одежде, при стирке я заменяю 1/4 моющего средства столовым уксусом (6%). Работает!

5 Чтобы вытирать пыль пореже, я протираю полки бумажным полотенцем с нанесенными на него 2-3 каплями растительного масла, а затем – сухим бумажным полотенцем. Масло образует пленку, отталкивающую пыль.

6 Удалить жир с поверхностей на кухне помогает смесь растительного масла и соды, размешанных до состояния густой пасты. Если нанести состав на слой затверде-

шего жира на 5-10 мин., а потом протереть тряпкой с мылом, он сойдет очень легко.

7 Еду мы часто разогреваем в микроволновке. Чтобы быстро удалить из нее жир и запах, я нарезаю в чашку лимон, посыпаю корицей и ставлю в СВЧ на 5 мин. при минимальной мощности. Потом прохожусь по стенкам мокрой губкой – и чистота!

8 Секрет быстрой уборки в ванной – смесь уксуса (6%) и моющего средства (1:1) в пульверизаторе. Я наношу ее на плитку, оставляю на 30 мин., а затем протираю губкой. Шик и блеск!

Анна БОНДАРЕНКО

Уход за шерстяной шапкой

Чтобы шапка из шерсти долго не теряла вида, следует всякий раз по приходе с улицы надевать ее на болванку (ею может послужить литровая банка), особенно если шапка намочила от снега или дождя. На батарее сушить шерсть нельзя – сядет и сваляется.

Стирать шапку лучше руками. Сначала замочить в чуть теплой воде с шампунем (1 ст. л. на 3 л воды) на 10-15 мин. Затем бережно, стараясь сильно не тереть, размять пальцами вязку (особенно место, где внутренняя часть шапки соприкасается со лбом и пропитывается потожировыми выделениями). Прополоскать в теплой воде и, осторожно отжав в махровом полотенце, разложить сушиться на простыне вдали от отопительных приборов.

Олеся КУПЧИНА



Застегнуть браслет легко

Иной браслет застегнуть без посторонней помощи трудно. Решить эту проблему можно с помощью тугой резинки для волос.

Резинку следует надеть на запястье и зафиксировать ею один конец браслета так, как на фото. После этого гораздо легче застегнуть застежку.

Ирина БУРЛАКОВА



Управа на приправу

Когда пропускаешь через мясорубку корни хрена, глаза краснеют и сильно болят. А решают проблему 1-2 полиэтиленовых пакета, которые надо натягивать на входное и выходное отверстия мясорубки. Это, конечно, полностью не изолирует агрессивные выделения хрена, ведь пакет со входного отверстия придется периодически снимать, чтобы заложить новую партию корешков. И все же пакеты существенно снижают количество брызг сока в воздухе.

Входное отверстие лучше «одеть» в прозрачный пакет, через который хорошо видно, измельчилась ли очередная партия. Или просто накрыть мясорубку одним большим прозрачным пакетом.

Юлия ГРЕЧИХИНА



И никакого жира!

Выписываю «1000 секретов» давно, многие советы применяю. Сейчас посылаю свой.

Чтобы отмыть сковороду или другую посуду от жира, приготовьте чистящий состав: смешайте каустическую соду с горчицей (1:1).

Экономно и натурально, а главное – чисто!

Надежда ЧЕКУЛАЕВА



Держатель для сосиски

Незаменимое приспособление для похода или дачного отдыха – держатель, на котором удобно поджаривать сосиски на костре. Изготовить его можно из проволоки.

Несколько раз за зиму мы выбираемся на прогулку в снежный лес, и такие приспособления приходятся весьма кстати.

Антон ДУНИЧЕВ

Замочные советы

Когда врезной замок в железной калитке стал тугим и ключ поворачивался с трудом, в его скважину я засыпала немного графитовой пудры, соотруганной с простого карандаша. И дело пошло. Этот метод работает с навесным замком. Кстати, если последний заledenел на морозе и ключ не вставляется, нагрейте отверстие зажигалкой или свечой. В идеале можно использовать дорожный фен.

Ключ, который с трудом поворачивается в замке, я протираю воском или мылом. И ношу с собой в сумочке огарок свечи – на случай, если будет трудно открыть калитку.

Екатерина ЮРИНСКАЯ

Стирка с молоком

Тюлевые занавески становятся белее, когда в воду при полоскании я добавляю немного молока. Оно к тому же придает занавескам жесткость при утюжке.

Такой же результат дает добавление сахара (1 ч. л. на 0,5 л воды).

Ирина АГЕЕВА

Пуховик прослужит долго

Дабы продлить жизнь пуховику, я стараюсь не вешать его на вешалку вместе с другой одеждой. Наполнитель от этого сминается, и куртка «худеет». Пуховик висит на плечиках в шкафу свободно.

Стирать пуховик достаточно один раз за сезон. В остальное время я чищу его щеткой, смоченной в растворе 1 ст. л. жидкости для мытья посуды на 1 л теплой воды. В машинке стираю пуховик на деликатном режиме при 30°. Прополаскиваю 3 раза, отжимаю на 600-800 оборотах и сушу, разложив на простыне и периодически встряхивая.

Раиса КОКОРЕВА



Чтобы обувь не промокала

Если швы на обуви пропускают воду, устранить этот недостаток несложно.

Свечой из парафина или воска натрите все стыки швов на обуви, а также линию, где пристыковывается подошва (у меня есть тканевые сапожки, так я их целиком свечкой натерла). Потом возьмите фен и обдувайте горячим воздухом из него в течение 5-7 мин. те места на обуви,

что натерли свечой. Воск или парафин при нагревании плавятся и заливаются во все микрощелки в обуви, пропитывают ткань и делают ее водонепроницаемой. После одной такой обработки ваши ноги долго не промокнут.

На внешний вид обуви натирание свечкой не влияет. После фена даже не видно, что обувь чем-то натерали.

Ольга КОЖОМА

Ремонт чемодана

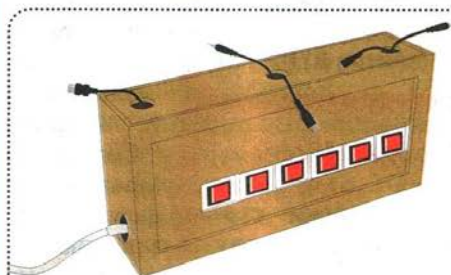
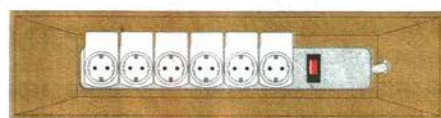
Самая частая поломка у дорожных чемоданов – поломка колесиков. Для замены подберите колесико на подшипнике аналогичного диаметра в строительном магазине.

Колесики обычно крепятся на пластиковых или металлических пластинах. Для замены можно использовать пластины из этих же материалов. Я применял дюраль – вырезал из него угольник, на котором закрепил колесо. Для жесткости с внутренней стороны чемодана также вставил дюралевые пластины. И все наружные детали окрасил подходящей по цвету алкидной краской.

Сергей КУПРИАНОВ

Все зарядки в одном месте

Сейчас, пожалуй, у каждого члена семьи есть мобильный телефон. А еще – плееры, электронные книги, планшеты и т.д. И каждое устройство нуждается в зарядке. Так вот, чтобы зарядные устройства не были раскиданы по всему дому, я смастерил для них органайзер.



Из реек и фанеры сколотил коробку с крышкой. Исходил из размеров «пилота» – удлинителя на 6 розеток. Коробку сделал чуть больше его длины и ширины. Положил удлинитель внутрь, провод вывел в продланное с торца коробки отверстие. В разъемы удлинителя вставил розетки с выключателями (6 шт.), отметил места их расположения и вырезал в боковой стенке место под выключатели. Из пластика вырезал пластину с 6 прорезями, надел ее на выключатели и установил в коробку. Включил в розетки зарядники.

На принтере распечатал обозначения устройств, которые будут заряжаться в органайзере. Вырезал значки и приклеил их, согласно порядку расположения зарядников.

Вырезал в крышке отверстия для вывода разъемов зарядных устройств. Теперь все в одном месте! А чтобы все зарядники не находились под напряжением одновременно (или когда это не требуется), используются выключатели.

Петр ФУРСЕНКО

Кисть прослужит долго

Кисть хорошо очистится от нитролака и дольше сохранит форму, если после промывки в теплой воде с мылом вновь намылить ее, высушить и еще раз промыть. И еще: не окунайте кисть или валик в краску более чем на 1/3, и они прослужат долго.

Роман КУЛИШ

Экран для ванны: простая сборка

Для сборки каркаса простого экрана для ванны потребуются 2 бруска 30x40 мм по длине ванны и 2 – по ее высоте. Для изготовления сдвижных дверок подойдут панели ПВХ. Чтобы соединить дверки по торцам, я использовал пластиковый

короб для электропроводки, по ширине равный толщине ПВХ-панелей. Еще понадобились пластиковые направляющие (их верхние профили).

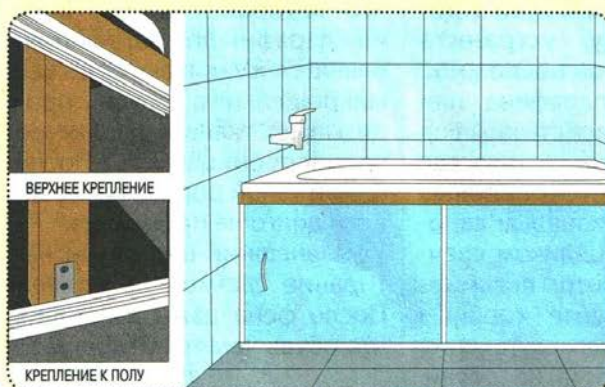
Подогнал бруски по размерам. Выбрал в нижних частях стоек и нижнем горизонтальном бруске гнезда под полки уголков,

чтобы скрепить их. Бруски пропитал антисептиком, чтобы предотвратить загнивание от влаги. Гвоздями прибил к горизонтальным брускам пластиковые направляющие (параллельно друг другу по две).

Уточнил высоту стоек каркаса экрана и соединил их с внутренней стороны с верхним бруском шурупами, а с нижним – при помощи металлических уголков.

Раскроил ПВХ-панели – дверки (по 2 шт. на каждую). Длину подгонял так, чтобы в закрытом положении дверки слегка перекрывали друг друга.

Павел ГУДИМОВ



Как усилить сигнал роутера

Чтобы сфокусировать прерывающийся или слабый сигнал роутера, понадобится пустая металлическая банка от пива.

Отрежьте у нее ножницами для резки металла доньшко (чтобы не порезаться, работайте в перчатках из грубой ткани). Сделайте вертикальный разрез в банке по боку до самого верха. А затем – еще 2 горизонтальных прореза вдоль края верхушки банки, 1,5-2 см не дорезая до конца. Отогните боковые полотнища в стороны. Переверните банку верхушкой вниз. Наденьте ее на роутер, просунув антенну прибора в отверстие для питья в верхушке банки. Разверните полученный усилитель антенны в нужную вам сторону.

Несмотря на простоту, данный способ довольно эффективен. Он уже не раз выручал меня на даче, где сигнал Интернета слабый.

Борис ЛАПИН

Спрячем провода

Нередко гармоничную обстановку комнаты портят находящиеся на виду провода и шнуры от электроприборов. Что можно сделать, чтобы они не бросались в глаза?

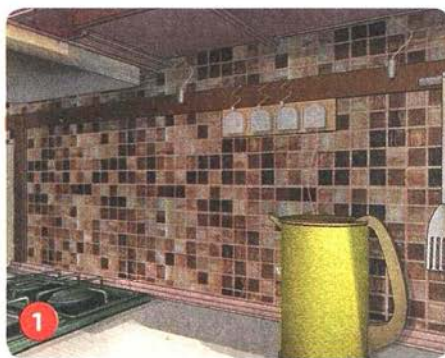
Если провода мешают на кухне, используйте кабель-канал, который желательно подобрать под цвет кухонного фартука. В нем вы сможете сделать прорези для штекеров, где это необходимо (рис. 1).

Однако прятать шнуры необязательно. Их можно зафиксировать специальными держателями и задать форму (например, геометрическую) на стене. Обрезки обоев с разным рисунком или кусочки ткани помогут в декорировании (рис. 2). В некоторых случаях провода могут дополнить декоративную зону. Например, если ими занят угол в спальне, можно подобрать стеновую панель с подходящим рисунком, в который гармонично впишутся провода (рис. 3).

Если вам хочется и добавить в интерьер новизны, и скрыть провода, используйте декоративную резную панель (рис. 4) или, к примеру, искусственный бамбук (рис. 5).

Самый простой и бюджетный вариант декора проводов – искусственные растения (рис. 6).

Дизайнер Елена ЕЛГИНА



Где стиральной машине место?

Чаще всего стиральную машину ставят в ванной или на кухне рядом с мойкой. А я задумалась, где еще можно разместить стиралку?

■ Рядом с кухней в типовых квартирах нередко есть кладовки. Можно разместить машину там.

■ Если ванная расположена возле спальни, поместить стиралку можно даже в платяном шкафу.

■ Можно вынести стиралку на застекленный балкон или лоджию. Там же поставить сушилку для белья, гладильную доску и получить целую комнату для нужд стирки. Проводка труб для снабжения водой машины и отвода стоков при этом осуществляется из кухни. Этот вариант оказался для меня подходящим.

Валентина ШАПКИНА

Покраска стены из кирпича

Кирпичная кладка нынче считается модным элементом декора. Однако если вид необработанной кирпичной стены все же кажется вам неэстетичным, ее можно покрасить. Правда, красить можно только хорошо просушенные стены. Иначе влага испортит всю работу. Известковые пятна, капли цементного раствора, грязь можно удалить металлическим скребком или щеткой. Затем надо помыть стену водой с мылом и просушить в течение недели. Затем крупные трещины, сколы, углубления заделать замазкой, дать ей просохнуть и нанести грунтовку. Когда и она высохнет, можно наносить краску – интерьерную алкидную (полуглянцевую, матовую), акриловую или масляную.

Кирпичную стену у себя дома я сначала пытался выкрасить валиком, но это оказалась плохой идеей. Краска не попадала в углубления. Лучше пользуйтесь кистями. Мазки наносите горизонтально.

Если хочется создать какие-либо визуальные эффекты (типа выцветшей кладки), нужно нанести поверх покраски белесые, серебряные или бронзовые блики. Делать это удобно при помощи поролоновой губки.

Егор ПРИХВАТИН





Выбираем зимнюю куртку

В куртке из надежного материала не страшны ни морозы, ни мокрый снег. Выбирайте одежду, исходя из ваших потребностей и образа жизни.

МАТЕРИАЛЫ ВЕРХА

Хлопковый верх куртки пропускает воздух, приятен на ощупь, гипоаллергенный. Но хлопчатобумажная ткань продувается ветром, быстро намокает, легко мнется, тяжело стирается, долго сохнет.

Одежда с верхним слоем из полиэстера или нейлона гораздо практичнее. Эти материалы прочны, не мнутся, не продуваются ветром, не

промокают от измороси, легко стираются, быстро высыхают. Однако шуршат, электризуются, плохо пропускают воздух.

Верх из микрофибры влаго- и ветронепроницаем, позволяет телу «дышать». На ощупь напоминает натуральные ткани. Но все же это синтетика, а потому микрофибра электризуется, да и стоит дороже полиэстера или нейлона.

Мембрана – синтетический материал со структурой, обеспечивающей вывод испарений, идущих от тела, наружу. Он ветро- и водонепроницаем, способен отталкивать влагу. Минусом является то, что мембрана

плохо сохраняет тепло, когда человек мало двигается. Одежда с мембраной идеальна для спортсменов.

Ткань с водонепроницаемой пропиткой обеспечит защиту от осадков и сильных ветров. Правда, куртки с таким верхом не пропускают воздух и не отводят от тела влагу. Парниковый эффект в них достигает максимума. К тому же пропитка в процессе носки и стирок теряет свойства, и ее нужно обновлять, применяя специальные спреи.

УТЕПЛИТЕЛИ

Гусиное (лебяжье) перо и пух являются натуральным экологичным утеплителем. Пуховики греют даже при низкой активности на морозе до -30° . Но пух и перо считаются сильными аллергенами. Пуховики интенсивно впитывают влагу, долго сохнут, сложны в уходе.

Куртки из овечьей шерсти, сшитые мехом внутрь, износостойкие, долговечные, не слишком объемные, защищают от морозов до -25° . Однако они недешевы и тяжелы. Стирать их самостоятельно не рекомендуется – лучше сдавать в химчистку.

Синтепон – легкий, мягкий, но не отличается долговечностью и от холода защищает неважно (до температуры -15°).

Искусственные заменители пуха (изософт, файбертек, холлофайбер) согреют при морозах до -25° . Они гипоаллергенные и не скатываются. Однако дороже синтепона.

Наиболее высокими теплосберегающими свойствами обладает синтетический материал тинсулейт. Он согреет и в -40° , при этом легкий, гипоаллергенный, «дышащий», влаго- и износостойкий. Но и самый дорогой.

Опасны ли пищевые красители?

«Я увлеклась домашней выпечкой. Заинтересовалась пищевыми красителями для приготовления желе, мастики, кремов. Каких только цветов нет! Но это же все наверняка химия... Не вредны ли такие красители для здоровья?»

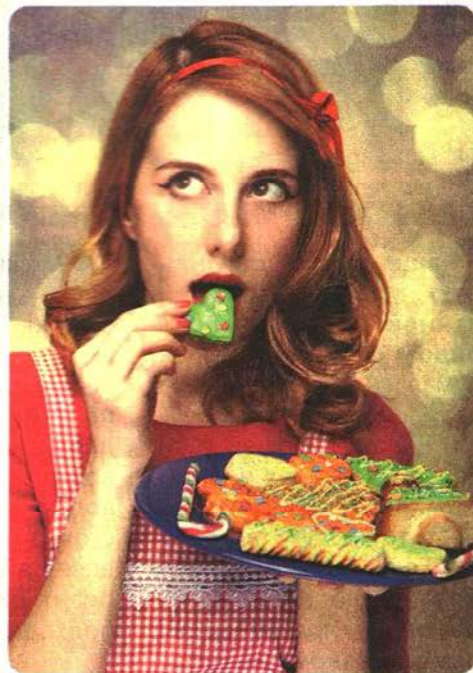
Дарья КИРОВА

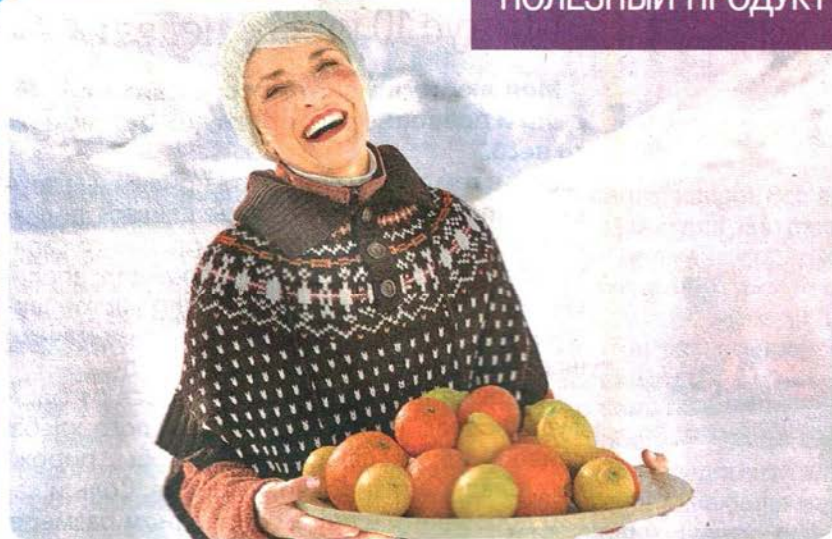
Не вредны, если не входят в перечень вредных красителей: E102, 103, 107, 110, 120, 121, 123-125, 153-155, 160 (a, d, f), 166, 173-175, 180, 182. Внимательно изучайте этикетки, чтобы не приобрести опасный продукт. Иные красители безопасны, бывают они натуральными и синтетическими.

Натуральные производят промышленными методами из фруктов, овощей, трав, цветов, ягод, семян, коры или корней растений. Их недостатками считаются слабая концентрация, неяркие цвета и сравнительно небольшой срок годности (до 1 года).

Синтетические красители производят из искусственных, отсутствующих в природе пигментов. Они высококонцентрированные (как правило, достаточно 1 капли на 100 г продукта), придают пище насыщенный цвет и представлены в продаже широким ассортиментом оттенков. Срок годности их не ограничен.

Продаются пищевые красители обычно в кондитерских отделах или отделах со специями. Бывают в виде гранул, порошков (которые по инструкции перед применением нужно разводить водой, спиртом или маслом), а также в виде готовых гелей.





Без лимона – никуда!

У меня в холодильнике всегда найдется 2-3 лимона.

Стараюсь каждое утро выпивать стакан теплой воды с добавлением 1 ч. л. меда и большой дольки лимона. Это помогает мне избегать простуд и головных болей, улучшает пищеварение.

После мытья головы ополаскиваю волосы водой, в которую выжато немного лимонного сока. Это позволило мне забыть о перхоти, сделало волосы блестящими.

Когда нужно сбросить пару лишних килограммов, ввожу

в рацион кружочки лимона – 4-5 в день. Кстати, я заметила, что они благотворно влияют не только на фигуру, но и на нервную систему.

Лимонным соком я сбрызгиваю несколько дней подряд места в кухне, где заметила муравьев. Как правило, после этого насекомые там больше не появляются.

Смесью лимонного сока и соды очищаю столовые приборы и прочую посуду от жира и накипи. Очень действенное средство!

Ирина КОМЛЕВА

5 причин не выбрасывать елку

После новогодних праздников елку мы не выбрасываем, а используем ветки и хвою в оздоровительных и хозяйственных целях.

1 Готовим противопростудный чай. Измельчаем 1 стакан хвои, заливаем его 3 стаканами кипятка.

2 Собираем хвою в полотняный мешочек и опускаем в воду для ванны при купании. После этого отступает бронхит.

3 Для укрепления волос жена делает такую маску. 2 стакана хвои заливает водой, варит 1 ч. Дает настояться 20 мин., процеживает. В остывший от-

вар добавляет 1 яичный белок и 1 ч. л. коньяка. Наносит смесь на волосы, а через 30 мин. моет голову с шампунем.

4 Я даже у соседей забираю елки после праздников и отвожу на дачу. Стволики с обрезанными нижними ветвями расставляю в виде шалашика вокруг теплолюбивых растений.

Сверху кладу лапник и обвязываю для защиты от морозов.

5 Весной ветви рублю на части длиной 15-20 см и раскладываю между рядами клубники. Благодаря этому слизни клубнику не трогают.

Дмитрий ХАРЧЕВКИН



Самое вкусное в новом журнале!



- Изысканные закуски и затейливые салаты для любого случая
 - Балует гостей оригинальными вторыми блюдами и ароматными супчиками
 - Восхитительные сахарные кексы и веселое печенье
- И многое другое!

Спрашивайте в киосках!



Голод или аппетит?

Научиться различать голод и аппетит очень важно, ведь от голода мы худеем, а под влиянием аппетита набираем лишний вес.

Голод – это физиологическое явление: посылая этот сигнал, организм требует «топлива», которое пустит на обеспечение жизнедеятельности. А аппетит – это чистая психология. Повинуясь ему, мы едим не для того, чтобы напитать организм, а чтобы удовлетворить личные потребности, унять тревоги, подпитать эмоции. Когда мы хотим новое платье или повышение по службе – мы хотим именно этого, а не есть. Однако находим утешение в еде. И набираем вес!

Как же различать голод и аппетит? Голод возникает не раньше чем через 3 ч. после приема пищи. Если захотелось съесть что-то раньше – это аппетит.

Голод выбирает простую и сытную еду – «топливо». Ведь, придя голодной с работы, вы выберете съесть тарелку супа, а не карамельку, не правда ли?

Когда «чего-то хочется, а чего – не знаю» – это тоже аппетит. Ведь в этот момент съесть хочется не гречку, а конфетку.

Также голод проявляет себя на физическом уровне. Ощущаете пустоту и подсасывание в желудке – значит, вы проголодались. Пора дать организму полноценное питание.

Ирина ГАМОВА

Массаж против лишнего веса

Причины избыточного веса могут быть разными: гормональные изменения, стрессы, неправильное питание и т.д.

Бороться с этими причинами можно, стимулируя определенные акупунктурные точки. Но если вы не можете выявить причины набора веса, проводите массаж универсальной точки под названием Гуань-юань.

Чтобы найти точку, наложите под пупком ладонь со сведенными пальцами. Она будет находиться на расстоянии 3 цуня (ширина сложенных вместе 4 пальцев руки) ниже пупка, на одной линии с ним.

Лягте на спину. Надавите на точку Гуань-юань подушечкой большого пальца. В течение 30 мин. выполняйте вращательные движения средней силы и интенсивности. Курс ежедневного массажа – не менее 25 дней, за это время можно потерять

2-5 кг. Наилучшие результаты достигаются при разумном ограничении питания. Массаж точки Гуань-юань также способствует лечению заболеваний мочеполовой системы.

Минус 10 кг за 3 недели

Моя любимая диета рассчитана на 3 недели и позволяет потерять до 10 кг лишнего веса.

Суть в том, чтобы сократить привычные порции наполовину. А перекусы сделать полезными: это могут быть порция овощного салата, яблоко, морковь, огурец, помидор, апельсин, кусочек ананаса. Пить можно настои шиповника, листьев земляники, мать-и-мачехи (все без сахара), овощные соки и воду.

На время диеты нужно отказаться от фаст-фуда, колбас, консервов, сала, белого хлеба, сливочного масла, сметаны, сдобы, пирожных, сладкой газировки, алкоголя. Соль и сахар добавляйте в еду в половинном размере. За 3 ч. до сна ничего не есть. И по завершении диеты не переходить сразу на прежние большие порции, а увеличивать их постепенно, в течение недели. Конечно, если будет необходимость, потому что за время диеты привыкаешь к меньшему объему пищи.

Мария КРУПИНОВА

Почему не качается пресс?

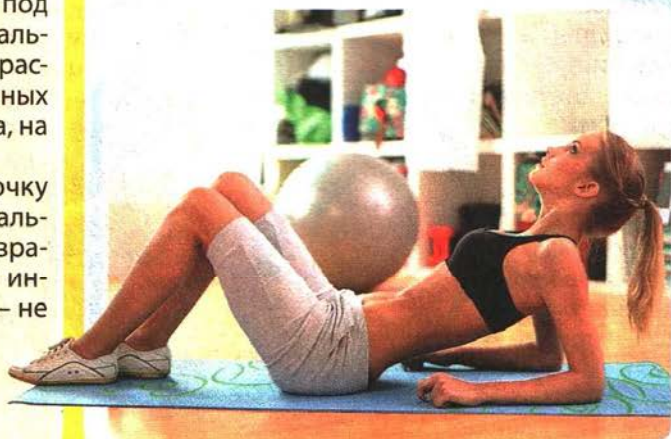
«Я регулярно делаю упражнения на пресс – поднимание корпуса с одновременным подниманием ног, а также подъем ног с зафиксированным на полу корпусом. Но результата не вижу. Более того, начала болеть поясница. Почему?»

Марина ЛАЛЕНКО

Упражнения, которые вы применяете, коварны: они влекут значительную нагрузку на межпозвоночные диски поясничного отдела. Вероятно, поэтому у вас и болит спина.

Возможно, вы совершаете и другие ошибки. Например, забываете про дыхание: на подъеме нужно делать вдох, при расслаблении – выдох. Или не контролируете подбородок (его надо прижимать к груди, а шею держать ровно). Чтобы избежать болей в спине, делая упражнения на пресс, нельзя отрывать от пола поясницу и перегружать спину.

Для наилучших результатов в укреплении мышц пресса можно посоветовать выполнять планку, скручивания на фитболе, подъем ног в висе, боковой мостик. И не забывайте, что регулярный спорт – это только 20% результата, 80% успеха – правильное питание.



Режим питания для здоровья нервов

Если вы привыкли не завтракать, перекусывать фастфудом, днем обходиться без еды, а поздно вечером плотно ужинать, это негативно сказывается на здоровье, в том числе нервной системы. Из-за неправильного питания, обилия жиров и простых углеводов сосуды забиваются холестерином, отчего мозг недополучает кислорода и возникают необоснованные страхи, волнения, раздражительность.

Чтобы привести состояние в норму, нужно изменить рацион. Скажу по себе, положительные сдвиги стали заметны спустя 2 месяца после перехода на здоровое питание.

Для укрепления нервных волокон необходимо употреблять минералы: калий (он содержится в пшенике, овсе, пшенице), кальций из молочных продуктов и магний (он

есть в яйцах, какао). Все вместе – отличное меню для завтрака.

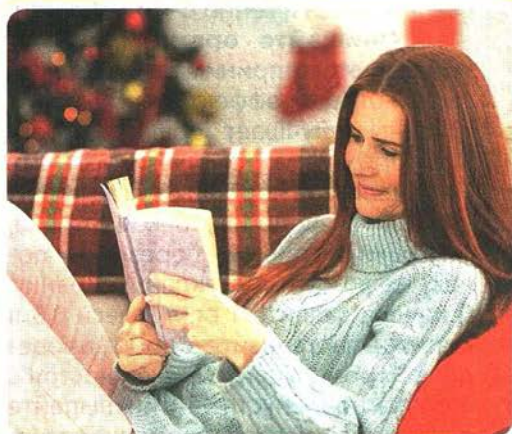
Обед должен содержать мясо, овощи и гарниры, богатые железом, фосфором, витаминами (их уровень влияет на настроение и память). Нужно включить в меню такие продукты, как гречка, нежирное мясо, рыба, бобовые, овощи, зелень.

На ужин предпочтительна легкая пища, успокаивающая нервы: тушеные овощи (клетчатка), морепродукты (йод), соки (витамины).

Перекусывайте продуктами, содержащими витамины группы В: бананами, апельсинами, грейпфрутами, курагой, изюмом, орехами.

А вот сладости, белый хлеб и алкоголь для нервов губительны. Лучше их исключить вовсе или употреблять только по праздникам.

Аркадий ПШЕНИЦЫН



Избежать депрессии после праздников

Чтобы после новогодних праздников, вернувшись к будням, не впасть в депрессию, я стараюсь за время отдыха получить яркие впечатления. Сделать все, о чем мечтал: съездить на природу, пообщаться с друзьями, посетить интересные мероприятия. Компьютер забрасываю: он только напрягает.

Поздно ложиться и поздно вставать можно позволить себе только в первые дни праздников. А за 3-4 дня до окончания выходных я начинаю ложиться спать и просыпаться пораньше, постепенно входя в режим. Для создания благоприятного психологического настроения представляю впереди не скучную трудовую рутину, а встречу с доброжелательными коллегами, обмен впечатлениями и подарками. И первая неделя на работе проходит намного легче.

Василий ГРОМОВ

Как расслабиться после трудного дня

Когда, придя с работы, вы ощутите в теле усталость, а на душе – тревогу, заварите 1 л кипятка по 3 ст. л. мяты перечной, пижмы, липового цвета. Наберите ванну теплой (около 40°) воды. Влейте в ванну процеженный травяной настой. А травы соберите

в полотняный мешочек и растерите им кожу, как мочалкой.

После этой процедуры напряженность в теле сменяется расслабленностью. На смену апатии приходит душевный покой. И сон потом просто отличный!

Тамара КЛИМЕНКО

Эликсир против перепадов настроения

Недостаток солнца зимой плохо сказывается на нашей психике. Возникают перепады настроения, от возбуждения к подавленности. Для выравнивания душевного настроения существует древнее народное средство. Его готовила еще моя бабушка и называла волшебным эликсиром.

В банку засыпается по 1 ст. л. измельченных корней дягиля и горечавки, а также 30 бутонов гвоздики. Все это заливается 1 стаканом водки, настаивается в темном прохладном месте 10 дней. Затем настойка процеживается, переливается в бутылку из темного стекла. Плотно закупоривается для хранения.

Эликсир нужно принимать трижды в день по 1 ч. л. за 30 мин. до еды. Запивать слабым чаем с лимоном и медом. Детям можно добавлять эликсир понемногу в чай. 1-2 недели – и душевное состояние будет намного комфортнее.

Алина ЧИЖИКОВА



Многие думают, что восточная медицина – это в основном сложные манипуляции, трудновыполнимые в домашних условиях. Но я, много лет практикую восточные практики, могу сказать, что это не так. Правила общего оздоровления и поддержания здоровья довольно просты.

1 Расчесывайте волосы. Совершайте движения пальцами, как расческой, совершая 1 раз в день 100 медленных движений ото лба к затылку. Техника снимает головную боль, улучшает зрение, снижает артериальное давление.

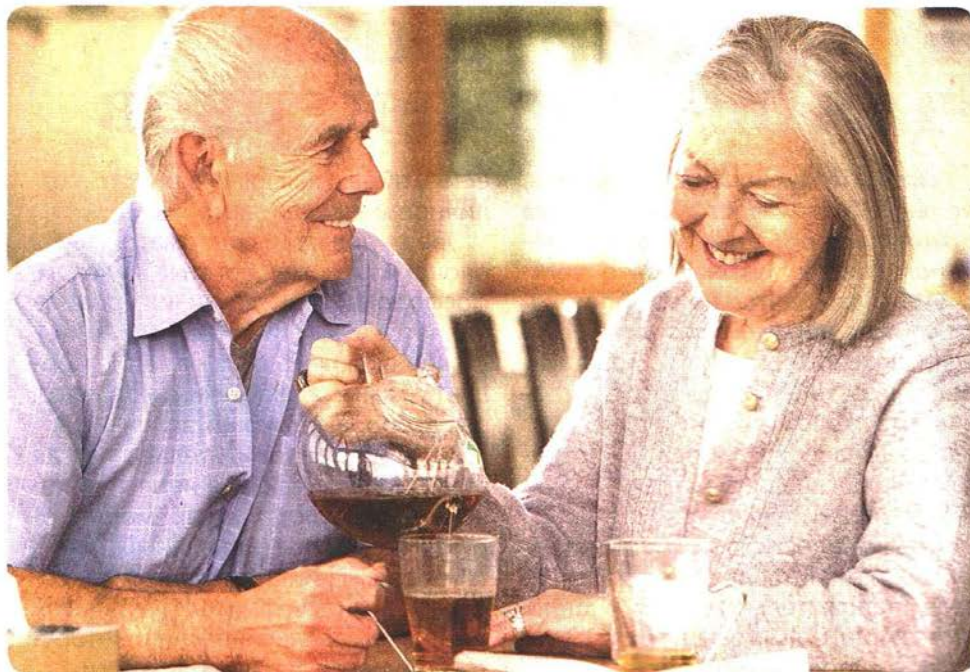
2 Растирайте лицо. Разотрите ладони, чтобы согреть. И поднесите к лицу так, чтобы средние пальцы касались крыльев носа. Двигая ладони по щекам ко лбу, мягко растирайте кожу. 30 таких движений по утрам бодрят и разглаживают морщинки.

3 Делайте упражнения для зрения. Не спеша поворачивайте глазами яблоками 14 раз по часовой стрелке, потом 14 раз против часовой стрелки. Затем зажмурьтесь и резко откройте глаза. Упражнения помогают сохранить остроту зрения.

4 Простукивайте уши. Наложите ладони на уши и тремя средними пальцами каждой руки 12 раз постучите по затылку. Потом прижмите указательный палец к среднему и пощелкайте им по затылку 12 раз. Гимнастика помогает при звоне в ушах, улучшает память и слух.

5 Делайте дыхательные упражнения. 5-7 раз в день задерживайте дыхание, раздувая грудь и живот. Надувшись, приподнимите голову и медленно выдохните воздух через рот. Упражнение способствует обновлению клеток организма.

6 Массируйте живот. Поместите ладони на пупок (женщина – правую руку поверх левой, мужчина – наоборот). Круговыми движениями расти-



10 правил восточного долголетия

райте живот сначала по часовой стрелке, а потом – против (по 36 кругов), постепенно уменьшая радиус. Массаж улучшает перистальтику кишечника.

7 Растирайте тело. Начинайте с поглаживаний макушки, затем растирайте ладонями лицо, плечи, руки (сперва левую, потом правую), грудь, живот, бока, поясницу, ноги (сначала левую, потом правую). С утра такой массаж поможет проснуться и мобилизовать защитные силы организма.

8 Практикуйте физические нагрузки. Совершайте после каждого приема пищи минимум 100 шагов.

9 Старайтесь избегать нервного напряжения. Почувствовав, что нервничаете, разотрите между пальцами 1-2 капли эфирного масла герани. Соедините указательные пальцы рук и 1-2 мин. массируйте ими точку между бровями. Согласно

восточной медицине, напряжение скапливается именно в этой области.

10 Очищайте организм. Советую для этого принимать тибетский сбор, который эффективно выводит токсины, улучшает общее состояние организма, омолаживает его. Перемелите в порошок сухие травы (по 100 г зверобоя, бессмертника, ромашки аптечной, березовых почек), выложите в стеклянную банку. С вечера залейте 1 ст. л. смеси 0,5 л кипятка, настаивайте 30 мин., процедите. Утром выпейте стакан настоя с 1 ст. л. меда. Спустя 15 мин. выпейте оставшийся настой, завтракайте через 1 ч. Принимайте ежедневно, пока не закончится смесь трав. Повторить курс можно через 5 лет.

Практикуя эти приемы ежедневно, я отлично себя чувствую и выгляжу моложе своих лет.

Павел ДУРМАНОВ

Ода репке

Сказку о том, как посадил дед репку, помнят, пожалуй, все. А вот сама репка незаслуженно забыта. Этот овощ – не только полезный, но и целебный.

◆ Дед в семье болеет редко – пьет отвар из нашей репки. Натирает репу он, словно правда чемпион. Заливает кипятком, отвар ставит

на огонь. И по четверти стакана пьет сырье он регулярно, по 4 раза в день. Это не высшая математика, а лучшая репная профилактика!

◆ Боль в коленях не терплю, сразу репку я натру. Она прямо в коже ляжет на колени мне. Марлею су- став покрою, эластичным бинтом завяжу и 15 мин. полежу. Боль

уходит быстро, и я уже не кисну!

◆ Сок свежей репы помогает, когда воспаление десен донимает. На 2 ст. л. сока – 1 дес. л. меда. Десны смазывают раствором, полощут рот теплой водой – и во рту уже покой.

Вот вам сказка, вот вам репка – запомните ее крепко!

Леонтина ЛУНЕВА



Чем полезна яичная скорлупа?

В аптеках полно разных пищевых добавок с кальцием. Но зачем покупать, когда богатейший источник кальция у нас всегда под рукой? Это яичная скорлупа. Я ее никогда не выбрасываю, а мою с мылом, ошпариваю, просушиваю, снимаю внутреннюю пленку и растираю в ступке в порошок.

Для оптимального усвоения лучше употреблять порошок скорлупы утром, добавляя его в еду (например, в кашу). Взрослым – 1/4 ч. л., детям до 3 лет – на кончике ножа, детям постарше – в 2 раза больше. Суточная норма кальция, таким образом, будет восполнена. К слову, такое же количество кальция содержится в 1 кг творога или 100 г твердого выдержанного сыра.

Мария КРУПНОВА



Сам себе стоматолог

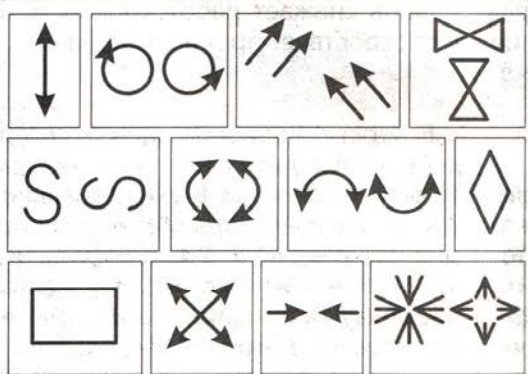
В №2, 2015 г., Валентина Дарьина советует для очищения ротовой полости и здоровья зубов полоскание подсолнечным маслом. Я сама его применяю иногда. Но не всем нравится вкус подсолнечного масла, поэтому я решила рассказать о своем способе чистки зубов.

Чтобы не образовывался твердый зубной налет, я раз в 3-4 дня удаляю скопившийся мягкий налет бамбуковой зубочисткой. Провожу ею вдоль десны у основания каждого зуба снаружи и изнутри (со стороны языка).

При необходимости межзубные пространства очищаю зубной нитью. После такой чистки у меня появляется ощущение легкости и свежести.

Возможно, сначала чистка зубов будет занимать у вас много времени, но постепенно наловчитесь и будете делать это быстро.

Светлана ЗАРУБИНА



Гимнастика для глаз

Чтобы сохранить остроту зрения и снять напряжение с глаз, ежедневно выполняйте следующие упражнения.

1 Закройте веки на 5 сек., откройте на 5 сек. Повторите 8 раз.

2 Массируйте 1 мин. закрытые веки легкими круговыми движениями указательных пальцев.

3 Потрите ладони, разогрев их, и прикройте ладонями глаза,

скрестив пальцы на середине лба. Подержите их пару минут.

4 Не торопясь, «рисуйте» глазами указанные на рисунке фигуры (каждую по 3-5 раз).

5 Делайте гидромассаж. Проснувшись, промывайте глаза сначала теплой, а затем прохладной водой. Перед сном наоборот – сначала прохладной водой, потом теплой.



БИОКОН

Зимний уход

ДАРУЄ ШКІРІ
КОМФОРТ І ТУРБОТУ,
НАВІТЬ У ЕКСТРЕМАЛЬНИХ
ПОГОДНИХ УМОВАХ

до -40°C



Зимовий догляд. Вироблено в Україні.
ТУ У 24.5-13490613-003-2003
WWW.BIKON.COM.UA

Захист шкіри від негоди!



Если ноги не идут на работу

Как не хочется возвращаться к трудовым будням после череды торжеств! Но приходится. Организм испытывает стресс. Нервы натягиваются, как струны, и работа не идет... Будем менять ситуацию!

ЗАДАЙТЕ РИТМ

Начало трудового года задаст ритм рабочему сезону-2017, а потому лучше провести его бодро и активно. Считайте это установкой.

Входите в кабинет с улыбкой (даже если для этого вам придется сделать над собой усилие). Бодро здоровайтесь с коллегами, поздравляйте с прошедшими праздниками и желайте легкого начала трудовой недели (ведь трудно в эти дни всем). Тем самым вы зададите позитивный

тон и создадите приятную и ободряющую атмосферу.

Что это даст?

Вы объединитесь с коллегами, а в связке всегда легче противостоять рутине. Те, кто придет на работу разбитым и угрюмым, будут подхвачены вашим ритмом. Улыбки будут отражаться одна от другой, настроение поднимется, и начало трудовых будней будет более чем приятным.

ЗАДЕРЖИТЕ ПРАЗДНИК

Не упускайте нити приятных новогодних эпизодов. В перерыве позвоните или напишите друзьям, с которыми провели праздник, установите на телефон мелодию, которая будет напоминать вам о новогодней ночи, принесите на работу мандаринов.

Что это даст?

Ощущение того, что празднику есть место и в будни.

НЕ УСЕРДСТВУЙТЕ

Не спешите набирать обороты. Составьте примерный план и приступайте к его выполнению. В январе мало кто сразу бросается в бой, а выигрывают те, кто не надрывается в первые же пару рабочих дней.

Ограничьтесь планом на ближайшую неделю. Исходите из того, что каждый день вам надо будет сделать одно или два крупных дела. Больше — не стоит, даже если вам кажется, что справитесь. Лучше пусть будет повод собой восхититься, чем не выполнить намеченное. Помимо важных дел, запланируйте по 1-2 мелких и средней срочности (разобрать бумаги, развезти документы, зарегистрироваться на новых торговых площадках и т.п.). Если посреди недели вы делаете что-то сверх намеченного, вписывайте их задним числом и ставьте галочку «выполнено».

Что это даст?

Ощущение собственной эффективности. А это как нельзя лучше воодушевляет на новые свершения. И, наоборот, невыполнение собственных планов снижает работоспособность и способствует прокрастинации.

ПОТЕХЕ ЧАС

В первые январские дни будьте к себе снисходительнее, чем всегда. В зависимости от вида деятельности и офисных правил, в течение дня выкраивайте 3-4 перерыва по 15-20 мин. либо «возьмите» целый час сразу. Посвящайте перерывы чему-то радостному и приятному.

Мария КИРЬЯК

Тест «Есть ли в вашей семье взаимопонимание?»

«Счастье — это когда тебя понимают!» А вы с мужем понимаете друг друга?

1 Часто ли бывает, что о проблемах вы говорите с подружкой, а не с мужем?

А. Нечасто, но случается.

Б. Нет, все важные вопросы мы обсуждаем прежде всего с мужем.

В. Муж меня все равно не поймет, а подружка хоть посочувствует.

2 Вы уверены, что супруг всегда делится с вами всеми своими тревогами и сомнениями?

А. Конечно, он от меня ничего не скрывает.

Б. Не задумывалась об этом.

В. Может быть, у него и есть какие-то секреты, должно же быть у человека что-то сугубо личное.

3 Случалось ли вам, разговаривая с мужем о чем-то важном для вас, обнаружить, что он вас совсем не слушает?

А. Бывает, но если я обращаю на это внимание, он извиняется.

Б. Именно так всегда и получается.

В. Нет, никогда. Я знаю, что всегда могу рассчитывать на его внимание и сочувствие.

4 Вы способны без стеснения обсуждать деликатные вопросы?

А. Да, мы же самые близкие люди.

Б. Обсуждаем, но я немного стесняюсь.

В. Нет, такое невозможно.

5 В момент ссоры вы обдумываете свои слова?

А. Я вообще в такой момент думать не могу.

Б. Стараюсь, но иногда меня «несет».

В. Конечно, я же не хочу обидеть любимого.

0-3 балла

Вы прекрасно понимаете друг друга. Муж — ваш главный советник и утешитель.

№ вопроса	А	Б	В
1	1	0	2
2	2	0	1
3	1	2	0
4	0	1	2
5	2	1	0

4-6 баллов

Учитесь доверять друг другу. Вспомните, как начинались ваши отношения, были ли вы более близки? Подумайте, что изменилось?

7 и более баллов

Никогда не поздно сесть и обсудить то, что не устраивает обоих в семейной жизни. Такая необходимость, похоже, назрела...

7 секретов крепких отношений

Как часто мы не следим за словами, общаясь с самыми близкими людьми. В пылу ссоры можем бросить фразу, которая сильно ранит, или, закрутившись в делах, забываем говорить половинке самые важные и нужные слова. Меж тем всего лишь несколько фраз способны поддерживать теплые отношения долгие годы. Не забывайте о них!

1 «Я тебя люблю». Одни думают, что эта фраза нужна лишь в особых случаях, другие произносят ее на автомате, обесценивая значение. Признавайтесь супругу в любви искренне! Любому человеку важно знать, что он любим, невзирая на количество прожитых вместе лет и пережитых сложностей.

2 «Мне хорошо с тобой». Любая похвала греет наше сердце. Если ваш избранник и спустя годы будет знать, что ценен для вас и делает вашу жизнь лучше, это укрепит и его веру в себя, и ваши отношения, вызовет чувство тепла и благодарности.

3 «Я счастлив (-а), что женат на тебе (замужем за тобой)». Порой может появиться чувство, что мы не оправдываем ожиданий своей половинки. Данная фраза развеивает подобные мысли.

4 «Я с тобой». Провожая супруга на ответственную встречу или, например, к врачу, не поленитесь произнести эту фразу. Она будет греть и придавать сил.

5 «Ты мне нужен (нужна)». Быть нужным – одна из важнейших потребностей человека. Если мы станем слишком самостоятельными, партнер может прийти к выводу, что его отсутствия вы и не заметите. Развейте его сомнения.

6 «Ты сводишь меня с ума». Быть желанным для партнера хочется всегда. Это усиливает сексуальность и идет на благо семейным отношениям.

7 «Прости меня!» Не бойтесь извиняться, идти партнеру навстречу, делать это искренне, и вы почувствуете, как становитесь друг другу еще ближе.



СТАНЬТЕ БОГАЧОМ БЛАГОДАРЯ ДАТЕ ВАШЕГО РОЖДЕНИЯ!



ПОЛУЧИТЕ КЛЮЧИ ОТ АВТОМОБИЛЯ или 450 000 грн!*



За последние годы было вручено 16 автомобилей, и сегодня мы разыскиваем 17-го победителя и единственного владельца нового автомобиля или 450 000 грн!*

- ▶ Возьмите две последние цифры года Вашего рождения и отнимите от этого числа 17.
- ▶ Прибавьте возраст, которого Вы достигли (достигнете) в 2017 году.
- ▶ Результат умножьте на номер призового автомобиля – 4500.

ВНИМАНИЕ! Если в результате Вы получили 450 000 – ПОЗДРАВЛЯЕМ! Вы – ПОБЕДИТЕЛЬ!

044-290-93-62 или 0-800-50-55-48

КОД АКЦИИ: 23569

Звонки на городской номер со стационарных телефонов **БЕСПЛАТНЫ** в пределах Украины, с мобильных – согласно тарифам Вашего оператора; звонки на номер «0-800» со стационарных и мобильных телефонов **БЕСПЛАТНЫ** в пределах Украины (понедельник – суббота с 08:00 до 20:00, воскресенье с 09:00 до 19:00)

КОД АКЦИИ: 23570

ВНИМАНИЕ!
Мы разыскиваем победителя 17-й призовой акции для вручения Суперприза: АВТОМОБИЛЯ или 450 000 грн!*



Благодарю Вас за возможность выиграть автомобиль! Спасибо Вам за содержательные каталоги и качественные товары, за доступные цены и уникальные предложения! Скажу откровенно: удивился, когда получил уведомление победителя! Однако справедливость восторжествовала: новый автомобиль достался мне заслуженно! Спасибо! Тычина О.П., г. Киев

Срочно позвоните на один из номеров и сообщите о Вашем выборе: автомобиль или 450 000 грн!*

*Акция № 17 проводится с 07.12.2016 г. по 08.06.2017 г. на всей территории Украины. Розыгрыш состоится 12.06.2017 г. в г. Киеве. Детально об условиях акции и месте проведения розыгрыша Вы узнаете из отдельного письма. Призовой фонд трех маркетинговых акций, которые будут проводиться на протяжении года, составляет 450 000 гривен (в данном макете представлен в виде автомобиля, организатор оставляет за собой право выбора между вручением денежного и вещного приза). Данная маркетинговая акция не является лотереей, игрой (в том числе азартной или иным мероприятием, основанным на риске), конкурсом или публичным обещанием награды без объявления конкурса в понимании Главы 78 Гражданского кодекса Украины. Отвечая на эту акцию, клиент дает согласие на дальнейшее использование компанией и партнерами его персональной информации, такое согласие можно отозвать в любой момент. Телефон для справок: (044) 290-93-62 (стоимость услуги согласно тарифам ЧАО «Укртелеком»). ТОЛЬКО ДЛЯ СОВЕРШЕННОЛЕТНИХ. **Имеется в виду сумма призового фонда, часть из которой получит Главный победитель в случае официального признания победы.

© ООО «СЕМЕЙНЫЙ ДОСУГ», а/я № 56, г. Киев, 03300. 2017 г. ND10_OC_04_1000SEKRET_190117

Пирог с грушами

ПОНАДОБИТСЯ:

Мука – 1 стакан, сахар – 1 стакан, разрыхлитель – 1 ст. л., груши – 6 шт., жирная сметана – 300 г, корица – 1 ч. л., измельченные орехи – 3/4 стакана, лимон – 1/2 шт., яйца – 3 шт.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Яйца взбить с сахаром в густую пену. Добавить сметану небольшими порциями. Муку смешать с корицей и разрыхлителем. Замешать лопаткой в яичную смесь.

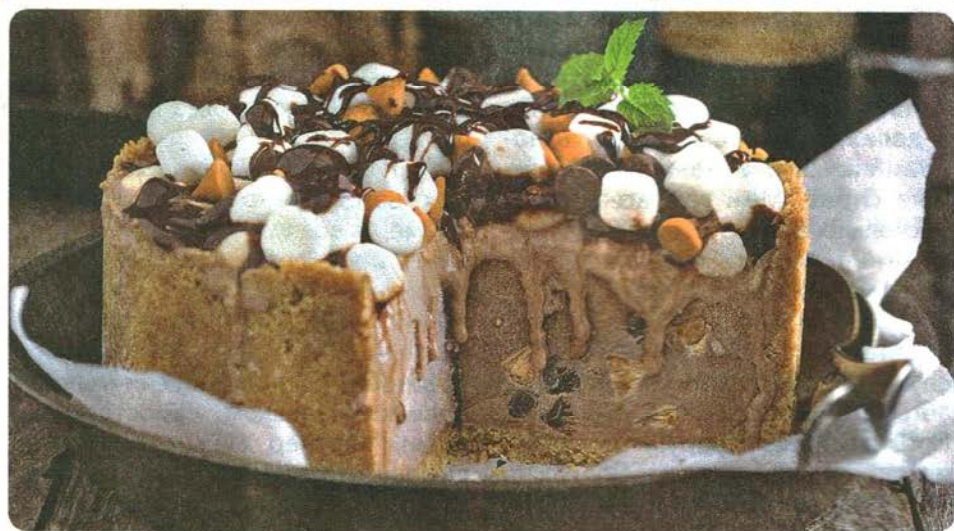
Груши очистить от кожуры, разрезать пополам, удалить семена. Сделать на каждой половинке надрезы «гармошкой» на расстоянии 3-4 мм друг от друга, не прорезая до конца. Соком лимона смазать силиконовую форму. Выложить груши и залить тестом. Запекать при 180° 25 мин., засыпать его измельченными орехами, запекать еще 15 мин.

Жанна ЕГЕРЕВА



Домашние пироги

Что может быть лучше холодным зимним вечером, чем чашка горячего чая со сладким, вкусным, ароматным пирогом? Только то, что это пирог домашнего приготовления!



Пирог с бее «Воздушный»

ПОНАДОБИТСЯ:

Для бее: яйцо – 3 шт., сахар – 1 стакан, морковный сок – 1 ст. л., какао – 1 ст. л.

Для пирога: печенье – 200 г, сливочное масло – 1 пачка, сгущенное молоко – 1 банка, какао – 2 ст. л.

Для крема: молоко – 1/2 стакана, сливочное масло – 100 г, сахарная пудра – 1 стакан, ванилин – 1 пакетик, шоколад – 100 г.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Яйца разбить, отделить белок, постепенно добавляя сахар, взбить до однородной консистенции, разложить по 3 чашкам. В первую – добавить морковный сок, во вторую – высыпать какао, третью оставить без изменений.

Из кондитерского мешка выдавить белые, рыжие и коричневые бее на застеленный пергаментом противень, запекать при 110° 40 мин.

Печенье измельчить с помощью мясорубки, соединить со сгущенкой, перемешать. Отделить от массы 1/3, раскатать в круглый пласт, застелить дно и борта формы. В оставшуюся массу ввести какао и половину безешек, выложить в форму, сверху распределить оставшиеся безешки.

Шоколад растопить на водяной бане. Молоко вскипятить, остудить, добавить масло, пудру и ванилин, взбить блендером. Равномерно распределить крем по поверхности торта, залить шоколадом, украсить оставшимися бее, убрать в холодильник на сутки.

Фаина КОТОВА

«Ягодка-малинка»

На семейные праздники я пеку фирменный пирог «Малинка». Нежный бисквит с восхитительным ягодным ароматом – то, что надо!

Растираю 125 г сливочного масла со 100 г сахара и 1 щепоткой ванилина. В отдельной посуде взбиваю 3 яичных белка с 2 ст. л. жирной сметаны до пышной пены и выливаю в смесь масла и сахара. Получившуюся заготовку для теста перемешиваю миксером. Далее 200 г просеянной муки смешиваю с 1 ч. л. разрыхлителя и, аккуратно перемешивая,

высыпаю в заготовку. Теперь – самый лакомый ингредиент: малина. Примерно 200 г промываю и удаляю плодоножки (если использую замороженные ягоды, просто размораживаю их). Оставляю несколько ягодок для украшения пирога, а оставшуюся часть отправляю в тесто, помешивая. Далее выливаю тесто в форму, выстеленную пергаментом, и ставлю в духовку при 180° на 30-40 мин. Готовность проверяю зубочисткой. Остужаю, украшаю пирог ягодками и подаю к столу.

Вероника ВИКТОРОВА



«Рябина на снегу»

ПОНАДОБИТСЯ:

Для теста: мука – 300 г, масло сливочное – 150 г, сахар – 1,5 стакана, творог – 250 г, яйца – 4 шт., сода – 2 г, уксус (3%) – 10 мл, цедра 1 лимона, горсть рябиновых ягод.

Для украшения: белки – 2 шт., сахар – 1 стакан, 2-3 кисти рябины.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Отделяем белки от желтков. Масло растираем с желтками и 1/2 сахара, добавляем творог, гашенную уксусом соду и лимонную цедру, перемешиваем. Постепенно всыпаем муку.

Белки с оставшимся сахаром взбиваем и порциями вводим в тесто. Добавляем ягоды рябины. Выкладываем в форму, выпекаем при 180° 30 мин.

2 белка взбиваем в стойкую пену, порциями всыпаем сахар, продолжая взбивать. Остывший торт обмазываем кремом со всех сторон и украшаем веточками рябины.

Людмила МОРОЗОВА



Пирог с заварным кремом

В Италии такие пироги называют «кростата», только тесто в них не слоеное, а песочное. Мой вариант выходит и легче, и сочнее.

ПОНАДОБИТСЯ:

Готовое слоеное тесто – 300 г, яичный желток – 3 шт., сахар – 1/2 стакана, мука – 3 ст. л., молоко – 1 стакан, сливочное масло – 100 г, клубника (свежая или замороженная) – 500 г, банан – 2 шт.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Смазать форму для выпечки маслом, присыпать мукой. Раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см и наколоть вилкой. Выпекать основу при 190° 20-25 мин. Достать и охладить. Отделить 1/3 стакана мо-

лока и оставить его холодным. Остальное – нагреть, но не кипятить. Желтки растереть с сахаром. Добавить к ним муку, перемешать. Затем влить холодное молоко, непрерывно помешивая. Когда смесь станет однородной – добавить горячее молоко и поставить все на слабый огонь. Довести до кипения, не прекращая помешивать крем, и проварить так еще 1-2 мин. Охладить.

Основу для крема смешать с размягченным сливочным маслом и взбить миксером до состояния пышной пены. Выложить на основу для пирога.

Клубнику разрезать на половинки. Бананы очистить и нарезать кружочками. Украсить пирог.

Светлана ЧИЖОВА

«Карамелька»

ПОНАДОБИТСЯ:

Для теста: мука – 200 г, сливочное масло – 100 г, сахар – 100 г, яйцо – 1 шт.

Для начинки: сливки (30%) – 100 мл, сахар – 150 г, грецкие орехи – 100 г, цукаты – 100 г, сливочное масло – 3 ст. л.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Сливочное масло измельчить в крошку. Соединить с мукой, сахаром, яйцом, замесить тесто, обернуть пленкой, убрать в холодильник на 30 мин.

От охлажденного теста отщипнуть 1/5 часть. Большую часть раскатать в круглый пласт. Из маленького куска сформовать тонкую колбаску по диаметру большого пласта.

Заготовку для пирога поместить на противень,

выпекать 20 мин. при 180°. Затем достать, остудить.

Чистые грецкие орехи крупно порубить. Сливочное масло растопить на водяной бане, соединить со 100 г сахара, дождаться полного растворения, снять с огня, ввести 50 мл сливок, орехи, цукаты.

Выложить начинку на тесто, сделать оборку из скатанной колбаски, отправить в духовку на 15 мин.

На сухую сковороду высыпать оставшийся сахар, включить средний огонь, дождаться плавления массы и приобретения коричневого оттенка, ввести оставшиеся сливки и перемешать. Помешивая, довести карамель до кипения, залить пирог, украсить орехами и цукатами.

Анастасия ВАСИЛЕЦ



Подчас накормить маленького нехочуху становится трудной задачей. Случается, что дети отказываются даже от любимой еды – просто из каприза или противоречия. Но оригинальная подача блюд решает проблему!

Сардельки «Фантазеры»

Дети есть дети, им требуется не просто еда, а чтобы фантазия развивалась, эмоции зашкаливали. Вот и обычные сардельки я превращаю в настоящее «мясное эскимо» на палочке.

Я беру пачку сарделек (6 шт.), 2 яйца, 50 г панировочных сухариков, 3 ст. л. муки, 20 г специй для шашлыка и 100 мл растительного масла.

Сардельки опускаю в кипящую воду, отвариваю 3 мин. Когда они остынут, аккуратно снимаю оболочку. Каждую сардельку накалываю на палочку (у меня от больших леденцов остались).

Взбиваю яйца. Панировочные сухари перемешиваю со специями. Каждую сардельку окунаю в яйца и хорошо обваливаю в муке. Затем снова окунаю в яйца и хорошенько панирую в сухариках.

Разогреваю сковородку с маслом и в раскаленное масло погружаю сардельки палочками наружу. Поворачивая палочки, обжариваю сардельки со всех сторон до румяной коричневой корочки.

Выкладываю на бумажное полотенце для стекания лишнего масла. Салатницу украшаю листьями салата, сверху водружаю «эскимо».

Роза БИЛЯЛОВА



Глазунья в тосте «Веселый циклон»

Когда дочка была маленькой, мы учились веселому домоводству. Здорово получалась яичница-глазунья, которую мы прозвали «Веселый циклон».

Брали 1 большой тост, дочка с помощью чашки вырезала в нем отверстие-окошко. Я, комментируя каждый шаг, приговаривала: «Кладём на сковородку 5 г сливочного масла. Нагрелось? Теперь хлебушек! Яичко

помоем и разобьем в серединку, прямо в окошко. Смотри-ка, белок уже готов, а желток сырой, смотрит, словно глаз циклопа, посоли его совсем немножко».

Снятый и уложенный на тарелку тост мы украшали нарезанными дольками болгарского перца, огурца, помидора, веточками петрушки и укропа.

Марина СЕРДЮК

Воздушные бабочки

Мои детки обожают воздушные пирожные в виде бабочек.

Тесто я покупаю готовое бездрожжевое, по 500 г в упаковке. Когда оно оттаяло, раскатываю на муке пласт толщиной 1 см и вырезаю «бабочек».

Летом я украшаю «бабочек» из теста свежими ягодами. Вдавливая вымытые и обсушенные ягодки в «крылья» «бабочек». Затем взбиваю 1 яйцо и кистью смазываю воздушных красавиц. А чтобы они были еще и сладкими, посыпаю сахаром (уходит около 1 стакана). Зимой можно использовать изюм.

Остается только выложить их на противень, застеленный пергаментом, и поставить в заранее разогретую до 200° духовку на 12-15 мин.

Елена СТАФЕЕВА

Овсянка «Для малоежек»

Овсяные хлопья (80-90 г) засыпаю в кастрюлю, заливаю 1 стаканом молока и подсаливаю по вкусу. Включаю конфорку на средний огонь и довожу до кипения, постоянно помешивая. Варю 4 мин. и выключаю огонь. В готовую кашу добавляю 1,5 ст. л. меда, 10 г сливочного масла и 1/2 очищенного банана, мелко размятого вилкой. Все перемешиваю и выкладываю на тарелку. Поверх каши раскладываю по 4-5 вымытых черешен, 3 клубнички, разрезанные пополам, и 2-3 ягодки малины или (в зимнее время) пару ложек джема. Украшаю листиками мяты.

Вера НАРЫЖНАЯ



Завтрак «По-походному»

Обычную сосиску с картошкой на завтрак мой ребенок есть не будет. А если представить, что это походный завтрак путешественника? Другое дело! Поэтому **сосиски** мы не варим, а как настоящие путешественники – только жарим!

Освобождаем их от пленки, надрезаем поперек и обжариваем на **растительном масле**. Картошечку чистим и нарезаем крупно, по-походному! Обжариваем на **масле**, можно и на **сливочном** – так здоровее! Выкладываем в тарелку картошку с сосисками, обязательно добавляем сладкую **кукурузку** – для энергии! И о витаминах не забываем, **помидорки** кладем некрупные – самые походные! **Зелень** – как же без нее организму путешественника?

После такого завтрака можно смело путешествовать куда угодно – сил хватит! Даже на школу.

Вера ДАЛМАТОВА



Сэндвичи «Школьные»

Сэндвичи у нас в семье – любимый завтрак. Особенно по нраву они сыновьям-школьникам.

Основной вариант такой: сначала мою **помидорку** и пучок **салата**. Поджариваю **тосты**, нам хватает 8 кусочков, можно это сделать в тостере или духовке, как удобнее. Затем разрезаю тосты по диагонали. Каждый кусочек хлеба промазываю тонким слоем **сливочного масла**. Поверх укладываю 1 листик салата, затем 1 тонкий кусочек **ветчины**, затем снова

тост, поверх пару кружочков помидорки и 1 кусочек **сыра**, накрываю третьим тостом и скрепляю шпажкой. Отправляю сэндвичи в разогретую до 180° духовку на 10 мин. К столу такие бутерброды я подаю и горячими, и холодными.

Ольга ИЗМАЙЛОВА



ПРИЗОВОЙ КРОССВОРДА 10 x 100

10 призов получают по 100 гривен на свой мобильный телефон за правильные ответы.*

Какие звери спрятались в лесу?

Победители ноябрьского кроссворда от ТМ «ДОДОМУ»: Верес С.А., Набильская Л.Г., Юрчук Д.И., Молдованова И.Н., Фадеев А.М., Гриняк Г.И., Старикова Ю.Ф., Афанасьева Н.В., Потопа Е.И., Свитлярук П.Г. Каждому победителю 20.12.16 г. было перечислено 100,00 гривен на мобильный счет.

М	У	Л	И	Т	О	Л	Е	Н	Ь	Х	С	З	О	К	Б	Н	Й
Х	А	И	П	Ю	Н	Ь	В	А	Д	У	Л	Е	Ш	Л	Ь	Ф	Д
З	Ю	С	А	В													
А	И	И	С	О													
Я	Б	Ц	Г	Л													
Ц	Т	А	Х	К													
Е	З	А	О	П													
В	Й	С	Т	Л	В	Ю	А	З	Я	П	С	Б	Ь	Л	Й	Г	Л
С	У	Н	Б	М	Е	Д	В	Е	Д	Ь	Т	А	Н	Ь	Ы	А	В

Лисица

ДОДОМУ™
ПРИЗОВАЯ СЕРИЯ

Зарегистрируйте свои ответы по телефону:

0 800 30-00-27

Мы ждем ваш звонок с понедельника по пятницу с 8:00 до 20:00, в выходные дни – с 9:00 до 18:00 (звонки в пределах Украины со стационарных и мобильных телефонов бесплатны).

Не забудьте назвать код акции – **18421**

* Акция проводится с 20.12.2016 по 31.01.2017 года. Победители Акции определяются с помощью программы – генератора случайных чисел. Мобильные счета победителей будут пополнены до 15.02.2017 года. Отвечая на эту акцию, клиент дает согласие на дальнейшее использование компанией и партнерами его персональной информации, такое согласие можно отозвать в любой момент. Телефон для справок: 0 (800) 30-00-27 (бесплатно). Только для совершеннолетних.

© ООО «Перший Індекс», 04300, г. Киев, а/я 10.

10x100



Перестать отдыхать и начать учиться

После каникул школьнику трудно переключиться на серьезный лад. Из-за этого может понизиться успеваемость. Как вернуть ученику тонус?

Следите, чтобы ребенок проводил на улице ежедневно не меньше 2 ч. А лучше проводите это время с ним: в парке, на катке, на экскурсии.

Чтобы не сильно расшатывать нервы ученика и помочь его рассеянному после каникул вниманию, помогайте ему собирать сумку, готовить одежду, предложите повторить учебный материал. Только не

навязчиво и не в приказном порядке – пусть это выглядит как забота.

По вечерам – или укладывая ребенка спать – говорите с ним. Придумайте вместе занятия на несколько следующих выходных: зная, что после недели учебы его ждет развлечение, школьнику будет проще.

В первые дни учебы будьте с ребенком ласковы, терпеливы, но требовательны. Напоминайте вовремя делать уроки, проверяйте задания. И обязательно хвалите ребенка за хорошую подготовку и отметки.

Людмила КОРНЕЕВА

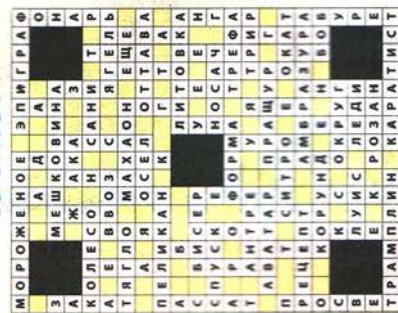
Если малыш сердится

У меня очень темпераментный ребенок. Поначалу были редкие вспышки недовольства, а годам к 4 они сменились приступами настоящего гнева. И чтобы минимизировать их, я придумала для него сказку, в которой злая волшебница находит сердитых маленьких мальчиков и превращает их в маленьких злодеев. И когда такой мальчик впадает в гнев, это колдует злая волшебница. Нужно тогда сказать ей громко: «Уходи!»

Эта простая история нам помогла – сын к ней прислушался. И когда малыш начинал сердиться, я напоминала ему про злую волшебницу. Он кричал, чтобы волшебница убиралась прочь, и успокаивался. Постепенно он втянулся в эту игру, а после стал справляться с эмоциями самостоятельно.

Татьяна МЕЛИХОВА

ОТВЕТ НА СКАНВОРД
СО СТР. 34



Поиграем в «веревочки»?

Помню, как на школьных переменках мы с подружкой часто играли в «веревочки». Может, современные дети этой игры не знают вовсе. Но, попробовав раз, оторваться невозможно!

Надо найти тонкую веревочку длиной 1,5 м, концы связать.

1 Первый игрок продевает в петлю обе ладони, высвобождает пальцы и обводит веревкой каждую ладонь. Подцепляет указательными пальцами веревку у середины противоположной ладони. Получается фигура «колыбелька».

2 Второй игрок подхватывает указательными и большими пальцами места, где веревка скрещивается, поддевает снизу парал-

лельные участки и разводит руки, растягивая веревку (фигура «перекресток»).

3 Первый игрок подхватывает указательными и большими пальцами места скрещивания веревки, проводит их над параллельными участками и поддевает снизу (фигура «дорожка»).

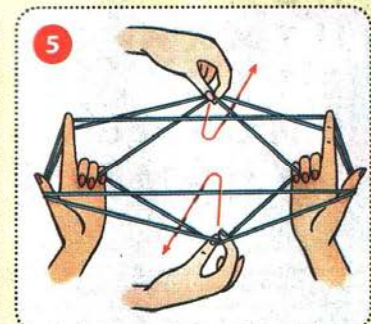
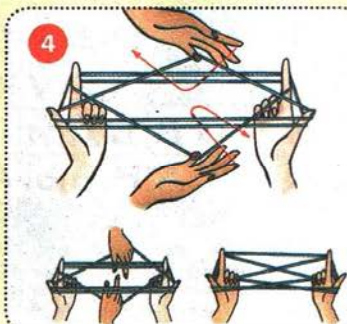
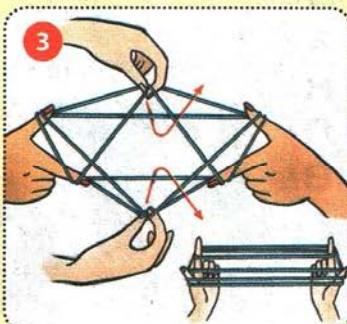
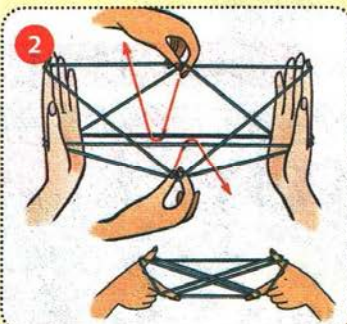
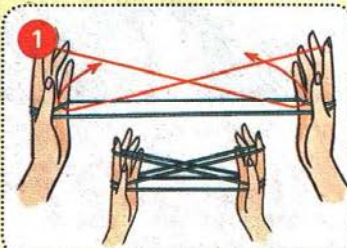
4 Второй игрок крест-накрест подхватывает над мизинцами внутренние параллельные участки и разводит руки. Первый игрок вставляет большие и ука-

зательные пальцы внутрь веревочных треугольников и, поддев параллельные участки, разводит руки в стороны (фигура «гамак»).

5 Первый игрок подхватывает места скрещивания, захватывает параллельные участки сверху и разводит руки в стороны, растопырив большие и указательные пальцы («перекресток» при ином положении пальцев).

Далее можно повторять игру с пункта 3 до бесконечности.

Мария БЕЖКО





В зимние каникулы Ежик Алеша навестил Цыпленка. Узнав, что в театре будет представление, он купил 2 билета.



Помоги друзьям попасть в театр.

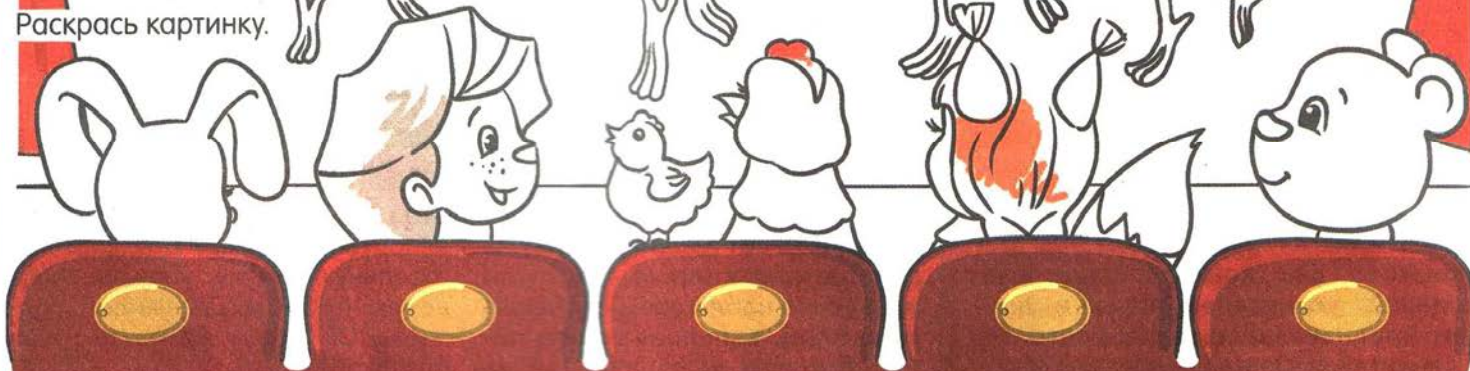


Театр принадлежит тому, кто нашел золотой ключик. Кто этот герой? Составь слова из слогов.

На сцене — балет! Распутай буквы и узнаешь название танца...



Раскрась картинку.



Номера кресел перепутались! Расставь их в правильном порядке.

йотэллОТ йэзжэлА

Кто написал сказку про золотой ключик? (Подставь зеркальце.)



Что понадобилось Ежику в театре? Найди эти вещи.



Приглашаем на представление!

Соедини точки и узнаешь, кто изображен на афише театра.



Чем кормить пожилого питомца?

Если вы привыкли давать кошке или собаке сухие корма, то в старости, когда у них сточатся зубы, такую пищу им, скорее всего, будет трудно пережевывать. Придется либо переходить на влажный корм (но он обходится недешево), либо готовить для своего питомца домашнюю еду.

У меня 4 кошки и 2 крупные собаки. Все животные, кроме одной кошечки, уже в возрасте. И я стараюсь кормить их мягкой пищей собственного приготовления. Особенно им нравится одно блюдо из сухого корма. Готовится оно недолго, если

есть готовый нежирный мясной или овощной бульон (когда варю суп, я всегда отливаю часть бульона для животных, пока не посолила и не поперчила его). Заливаю бульоном корм (1 стакан на горсть «сушки»), перемешиваю в чаше блендера и помещаю в микроволновку на 30 сек., чтобы частички сухого корма впитали бульон посильнее. Остужаю корм и даю животным.

Собакам добавляю в еду еще 1 ст. л. рубленой петрушки, чтобы дыхание было свежим. А вот кошка к пище с пряной травой вряд ли притронется.

Виктория ОГАРКОВА

Обогрейте птичку

Зимой на нашу районную станцию юннатов часто приносят больных животных и птиц. Например, недавно юные натуралисты подлечили **снегиря**, который сильно замерз. Братьев наших меньших природолюбцы подлечивают и выпускают на волю.

Как же правильно спасать в период холодов птиц и животных? Если птичка только замерзла, ее надо дома отогреть. Но после этого не сразу выпускать на волю, а сначала подкормить. Ведь птицам зимой страшен не столько мороз, сколько голод.

Если птица не только сильно замерзла, но и ранена, лучше всего отнести ее к ветеринару. Он может оказать квалифицированную медицинскую помощь – например, наложить на поврежденное крыло шину. Также можно отнести пострадавшее животное в зоопарк, если он есть в вашем городе.

Михаил ШАФИР



Лакомство для попугая

Найти магазинные лакомства для попугаев без консервантов, красителей, усилителей вкуса и других вредных добавок непросто. Но можно приготовить безвредные лакомые палочки для пернатого питомца в домашних условиях.

Взбейте куриное или перепелиное яйцо (белок с желтком). К 1 ст. л. яичной массы подмешайте по 1 ч. л. меда и муки. Обмажьте полученным жидким тестом деревянные китайские палочки для еды (только не лакированные или окрашенные!), обваляйте их в зерновой смеси для попугаев, высушите и поместите в клетку к птицам.

Мои волнистые попугайчики обожают грызть такие палочки. Но даю я им их не слишком часто: 1-2 раза в месяц, поскольку сладкие палочки намного калорийнее обычной пищи для птиц.

Василий ДЕГТЯРЬ

Если крыса на сносях

Около 10 лет я держала в доме декоративных крыс. За ними интересно наблюдать, особенно за самкой, вынашивающей потомство или ухаживающей за крысятами. Уход маме-крысе, конечно, нужен особый.

Беременной крыске в обычный корм добавляла диетические продукты: вареные яйца, творог, свежую зелень. Остатки еды сразу убирала, чтобы будущая мамаша не ела то, что

испортилось. Самца отсаживала в отдельную клетку, устанавливала ее так, чтобы самка не видела партнера. Он может вызывать у нее беспокойство.

Ближе ко времени, когда, как мне казалось, крыска должна родить, ставила в клетку перевернутую картонную коробку с прорезанным входом и небольшими прорезами по бокам, через которые было видно, что происходит внутри. Под коробкой, как бы в норке, крыса и рожала на заранее разложенных кусочках мягкой ткани или бумаги.

Перед родами и после них старалась лишней раз не брать животное в руки, просила об этом всех домашних. И никогда не трогала детенышей, ведь после этого крыса может бросить, а то и съесть потомство.

Евгения ЛАГУТКИНА



Если коза объелась

Мы с мужем сперва по неопытности позволяли козам есть пшеницы вволю. И одна коза у нас так объелась, что у нее остановился желудок. Лежит, живот раздут, ничего не жует, думали, резать придется. Но, спасибо, бабушка соседская помогла козочку спасти.

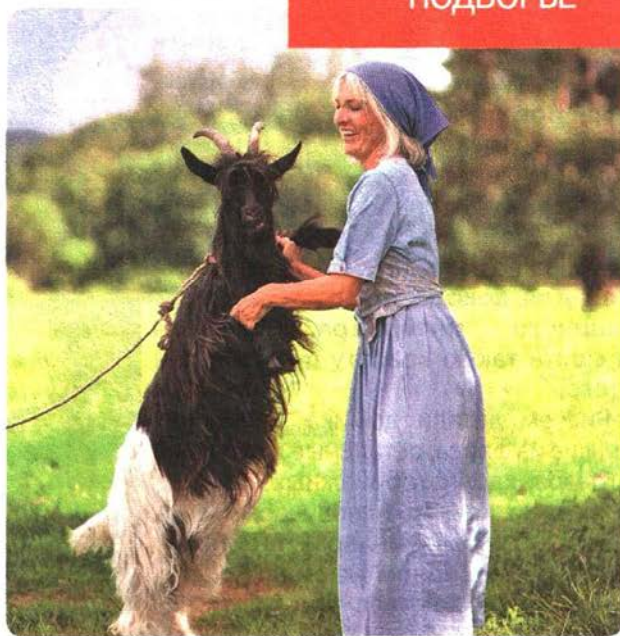
Она подсказала, что надо ей рубец разминать, а в рот залить что-нибудь, что будет раздражать желудок: кислый томатный сок, рассол от квашеной капусты или соленых огурцов (без уксуса) с чесноком, пропущенным через пресс (на 150-200 мл – 2-3 зуб-

чика). Когда у козы желудок запустится и она встанет на ноги, необходимо немного погонять ее. От движения застой в рубце пройдет.

Муж стал делать козе массаж, а я приготовила смесь рассола с чесноком. Напоили животное, и через пару часов козочке полегчало. К вечеру пришел ветеринар и подтвердил, что мы все сделали правильно.

Но, конечно, никому не советую до такого скотину доводить – учитеесь на нашем горьком опыте.

Александр КВАШЕННИКОВА



Где у хрюшки хвостик?

Если поросята обкусывают друг друга хвосты, не думайте, что они делают это из шалости. Скорее всего, такое поведение вызвано плохими условиями содержания.

Возможно, животным тесно в загоне. В идеале на каждого поросенка должно приходиться по

1,5 кв. м площади. Малышам может не хватать питания или воды. В этом случае кормите их лучше, чтобы доставалось каждому.

Иногда более крупные особи обижают маленьких поросят. Тогда отстающих в росте особей лучше отсадить от крупных.

Алексей ВИХОРЕВ



Соль для здоровья кроликов

Соль полезна для пищеварения кроликов. Подвешивайте куски соли-лизунца в клетках или кладите их в кормушки.

Обязательно добавляйте соль в рацион беременных и кормящих самок. Я раньше не знал об этом, и у меня крольчихи, бывало, грызли собственных детей. А как стал подсыпать им по щепотке соли в воду, так мамы

и успокоились, стали спокойно заниматься потомством.

Можно добавлять соленые отходы с кухни (рассол от огурцов и помидоров) в мешанки из картофельного пюре и тертой моркови. Еще я даю кроликам каждый день понемногу (граммов по 10 на голову) соленых огурцов или квашеной капусты.

Вадим МОРОШКИН

Гусиные гнезда из автошин

Отличные гнезда для гусынь получаются из ненужных автомобильных шин.

Мой муж разрезает каждую шину болгаркой вдоль, получается 2 готовых гнезда. Мы ставим их на пол в птичнике внутренней стороной вверх, наполняем опилками или древесной стружкой. Сверху кладем побольше мягкого сена или соломы. Гусыням в таких гнездах удобно, а гусатам тепло.

Мария КРЫЛОВА



Известная украинская травница,
автор книги «ВСТАНЬ НАД БОЛЬЮ СВОЕЙ»
Татьяна Павловна Радионова рекомендует

С псориазом не шутите

Псориаз может проявляться в гнойной форме и осложняться экземой, отеками. При его прогрессировании могут нарастать сердечная слабость, присоединяться вторичные инфекции, заболевания суставов, сосудов головного мозга, почечная недостаточность и злокачественные опухоли. Псориаз нередко может привести к инвалидности и даже к летальным исходам. Не успокаивайте себя мыслями, что все пройдет само собой. Если не принимать меры и не выполнять рекомендации, псориаз будет прогрессировать. Seriously относитесь к здоровью и не откладывайте на завтра борьбу со своими недугами. От псориаза я изготавливаю сбор целебных трав и корней, не дающий псориазу подпитки изнутри, «живую водичку» и крем, внешне размягчающие и растворяющие бляшки. Действуют мои средства противозудно, противовоспалительно, улучшают местное кровообращение, способствуют удалению псориазических корок до полного восстановления поверхности кожи. При правильном диагнозе и выполнении моих рекомендаций – отличный результат. Успейте заказать целебные средства от псориаза и других недугов сейчас, чтобы в новом году быть здоровыми! Искренне Ваша, Татьяна Павловна Радионова.

Я не мог поверить, что псориаз может убраться надолго при помощи трав. Все остальное давно перепробовал. Спасибо Татьяне Павловне Радионовой за ее замечательные целебные травяные средства от псориаза. Шумейко Н.Г., г. Славянск.

Демодекоз, псориаз, простатит, грибок, гайморит, бронхит, артроз, остеомиелит, трофические язвы, пролежни – натуральные травяные составы, омолаживающие кремы Татьяны Павловны Радионовой при соблюдении рекомендаций и при правильно поставленном диагнозе помогут Вам противостоять этим и другим недугам. Они безвредны, дают отличный результат!

Тел.: (057) 376-32-32, 097-925-73-97, 066-044-08-98 www.travnik.kharkov.ua

Яркие уютные прихватки-«домики» можно использовать по прямому назначению на кухне или для декора домашнего интерьера.

А сшить такую красоту проще простого.

Рисуем детали домика на ткани: крыша из флиса, остальные детали из отрезков хлопчатобумажных тканей. Вырезаем крышу, основу домика и трубу в двух экземплярах, а остальные детали в одном экземпляре, добавив ко всем деталям по 0,5 см на подгибку.

Основание домика, окошки и дверь проклеиваем дублирином. Затем к основанию домика пристрачиваем зигзагом дверку и окошки.

Сшиваем трубу, сложив 2 детали лицевыми сторонами внутрь, аккуратно выворачиваем и проутюживаем. На один из скосов крыши пришиваем трубу.

К одной детали основания домика пришиваем крышу, сложив детали лицевыми сторонами внутрь. Так же сшиваем другую часть домика. Детали прокладываем синтепоном, соединяем лицевыми сторонами

Прихватки «Снежные домики»

внутрь и прострачиваем по краю, оставив маленькое отверстие для выворачивания.

Выворачиваем заготовку домика на лицевую сторону, отверстие зашиваем потайным швом.

Пришиваем петельку из ткани и закрепляем ее декоративной пуговицей в тон.

Наталья ЕЛИСЕЕВА

ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

Флис белого цвета 50×20 см, ткань в горошек 40×12 см, однотонная ткань для дверцы и трубы 12×12 см, для окошек цветная ткань 10×10 см, дублирин 20×12 см, синтепон 26×24 см, нитки, ножницы, пуговицы, швейная машина.

Варежки «Зимняя вишня»

ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

80 г белой, по 20 г красной и черной полушерсти с добавлением ангоры в 2 сложения (100 г/300 м), 20 г бежевой и немного красной и розовой шерсти с люрексом (100 г/360 м), меховые помпоны, бусины, чулочные спицы №3-3,5, крючок №3,5.

Размер: на женскую руку с длиной ладони 17-19 см.

Набрать на спицы 32 п. красной нитью и связать по кругу 3 р. ПВ (все р. вяжутся лп), затем связать 5 р. бежевой и черной нитью по

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

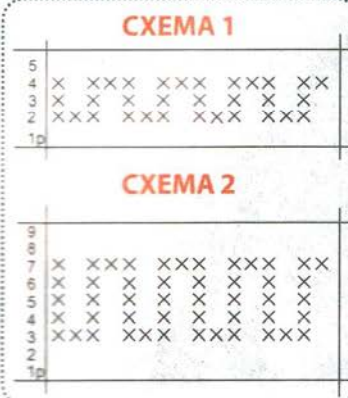
п. – петля, вп – воздушная петля, лп – лицевая петля, ПВ – платочная вязка, ЛГ – лицевая гладь, р. – ряд, с/бн – столбик без накида.

схеме 1. Далее связать 4 р. ПВ красной нитью. Затем белой нитью связать 11 р. ЛГ (в лицевых р. – лп, в изнаночных р. – изнаночные п.), в 12-м р. чередовать 2 вместе лицевой и накид. Далее вязать 16 р. ЛГ, после чего закрыть 5 п., а в следующем р. снова набрать их вп и связать еще 1 р. лицевыми.

Затем связать 1 лицевой р. розовой нитью, 1 лицевой и 1 изнаночный р. красной нитью, потом снова 1 лицевой р. розовой нитью. Белой нитью связать 4 р. ЛГ, красной – 4 р. ПВ. Далее вязать 9 р. по схеме 2.

Повторить белые лицевые р., а также полосы розовой и красной нитью.

Далее связать 3 р. ЛГ белой нитью, после чего в каждом 2-м р. в начале 1-й и 3-й, и в конце 2-й и 4-й спиц сокращать по 2 лп.



Отверстие для пальчика обвязать крючком 16 с/бн, вязать в высоту 11 р. по кругу, после чего постепенно сократить все с/бн.

Связать вторую варежку аналогично. Заправить кончики нитей, постирать и высушить варежки.

Красной нитью с люрексом крючком связать цепочку из 125 вп, вдеть ее в отверстия варежки. Украсить бусинами и меховыми помпонами. Повторить декор для второй варежки.

Наталья БИБИКОВА

Товары Почтой!

0 (800) 210-163

*Звоните бесплатно с любого телефона

(067) 629-11-27

(066) 130-76-96

(063) 054-29-40

(044) 364-84-73

*Городской номер для жителей г. Киева

Доставка «Новой Почтой» (2-3 дня) или «Укрпочтой» (5-10 дней)!

Плата за товар при получении, стоимость от 30 грн. по тарифам служб доставки.

14 дней – гарантия возврата денег.

Заказывайте почтой со склада: 65001, г. ОДЕССА, А/Я 426.

При заказе укажите, пожалуйста, код скидки – 101201.

*Акция с 12.01.2017 по 15.02.2017 г.

Уважаемые покупатели!

• При заказе любого товара вы получите фирменный настольный перекидной календарь на 2017 год.

• При заказе трех и более товаров – календарь и бесплатная доставка (сообщите менеджеру).

*Акция действует с 12.01.2017 по 15.02.2017 г.



Бюстгальтеры Ахх-бра
Три эластичных бюстгальтера без швов, крючков и косточек.
199 грн. Белый, черный, телесный цвета.

Роликовая пилка для стоп Scholl
Мягко, быстро и аккуратно удалит огрубевшую кожу и сделает ваши ступни гладкими!
199 грн. 2 шт. – 109 грн.
*от сети /USB/ – 199 грн.
*ролики: 2 шт. – 109 грн.

Пилка для ногтей
Коррекция, формы, шлифовка, полировка! Естественная красота и блеск ногтей без усилий!
199 грн.

Глюкометр
Вам понадобится 15 секунд, чтобы измерить уровень сахара в крови! Тест-полоски + ланцет (по 25 шт.)!
499 грн.

Автоматический тонометр
Измерьте давление нажатием на одну кнопку на автоматическом тонометре!
499 грн.

Массажер для всего тела
Для уменьшения веса, расслабления и придания стройности вашей фигуре! Применяется при дискомфорте в области спины и шеи.
299 грн.

Массажные тапочки
Помогут при дискомфорте в ногах (артритах и артрозах, плоскостопии, варикозном расширении вен).
299 грн.

Домашний эпилятор
Универсальный прибор для удаления волос на руках, в подмышках, в зоне бикини, на ногах и лице. **Маникюрный набор в подарок!**
299 грн.

Набор пластырей для выведения токсинов
Способствует очищению печени, почек и кровеносных сосудов. Снимает усталость в ногах. Очищает кровь и лимфу, приводит в порядок давление, улучшает кровообращение и обмен веществ.
115 грн.

Биомагниты от курения
Крепятся на точку наружного уха, отвечающую за контроль тяги к курению. Носить 8-9 часов в день.
159 грн.

Избавит от «шишки» на ноге
Корректирует положение пальцев и способствует оживлению роста косточки.
129 грн. 2 КОМПЛЕКТА – 229 грн.

Аппарат для улучшения слуха
Компактный заушный аппарат для улучшения слуха (до 40 дБ).
249 грн. ДО 130 дБ – 349 грн.

Бриджи для похудения
Носите и худейте в 4 раза быстрее вместе с бриджами Hot Shapers! Заметный эффект уже через 2 недели!
219 грн. Пояс Hot Shapers – 199 грн. Бриджи + пояс – 349 грн.

Пояс для похудения
Sauna Belt поможет вам выглядеть стройнее и привлекательнее от лишнего веса и целлюлита!
249 грн.

Пояс AbGymnic
Лишние сантиметры «рассветаются» на талии, бедрах, ягодицах. Мышцы станут упругими и рельефными!
199 грн.

Антиварикозные гольфы
Помогают уменьшить симптомы варикозного расширения. Способствуют регуляции кровообращения.
199 грн.

Космодиск
Массажер, рекомендуемый при дискомфортных ощущениях в области лопатки, плеча и шеи.
249 грн.

Супернаколенник
Эффективно поддерживает колено, уменьшает дискомфорт, предотвращает повреждение.
199 грн.

Клипса «Антихрап»
Поможет избавиться от храпа за 2-3 недели! Стильный, рефлекторный центр носоглотки.
149 грн.

Биомагниты от курения
Крепятся на точку наружного уха, отвечающую за контроль тяги к курению. Носить 8-9 часов в день.
159 грн.

Водонагреватель
Встроен в смеситель, нагреет проточную воду за 5-10 секунд не выше 30-60°.
899 грн. Мощность 1-3 кВт.

Энергосберегатель
Экономьте до 45% электроэнергии в месяц! Устраняет скачки напряжения, продлевает срок службы приборов.
149 грн. 2 шт. – 249 грн.

Экономитель газа
Взаимодействует с газовыми колонками, плитой, котлами.
199 грн. До -50%! 2 шт. – 299 грн.

Экономитель топлива
Fuel Shark экономит до 20% топлива, продлевает ресурс двигателя, аккумулятора, свечей, увеличивает пробег. Работает от прикуривателя.
199 грн.

Экономитель воды
Поток воды ограничивается вдвое, но благодаря внутреннему датчику экономит до 60%.
199 грн.

Светодиодная насадка на кран
Цвет свечения не только предупреждает вас о температуре воды, но и займет вашего ребенка. Красивая и стильная вещь.
199 грн.

Автокомпрессор
Накачать автомобильные шины можно всего за 5 минут. Работает от прикуривателя.
399 грн.

Зарядник для аккумулятора
Подсоедините прибор к прикуривателю и нажмите на переключатель. Мощный и актуальный прибор для зимы!
499 грн.

Антиблик для водителей
Не пропускает 72% света фар от встречных машин ночью и задерживает 97% ультрафиолета днем.
199 грн.

Москитная сетка
От комаров и мух для дверного проема. Не пропускает сор, хорошо пропускает воздух. 210 x 100 см.
199 грн.

Отпугиватель грызунов
Избавит от крыс, мышей, тараканов, пауков, жуков, мух, комаров и других насекомых в доме. Действует до 200 кв. м.
139 грн. 2 шт. – 239 грн.

Фонарик/фонарик-шокер
Удобный, прочный, мощный. Алюминиевый корпус, с аккумулятором зарядным.
199 грн. ФОНАРИК-ШОКЕР – 299 грн.

Аварийный фонарь
Для освещения дома во время отключений электричества. Работает 4-6 часов на 8 LED-диодах.
249 грн.

Солнечный фонарь
Заряжается от сети, солнца, прикуривателя. Работает до 8 часов на 36 LED-диодах. Удобный, с переносной ручкой.
349 грн.

Лампа-экономка
Работает, как обычная лампа, а при отключении света работает от аккумулятора.
269 грн.

Пульверизатор
Для экономной и быстрой покраски стен, забора, лавочек и др. Для всех видов лаков, красок!
649 грн.

Пила Rotorazer
Справится с работами по дереву, металлу, камню и плитке!
999 грн. + Три лезвия!

Шланг для полива
Очень легкий, компактный, подходит для мойки окон, машин, полива цветов и др. Под напором воды он увеличивается в 3 раза.
15 м – 199 грн., 22,5 м – 269 грн., 30 м – 369 грн., 45 м – 469 грн., 60 м – 569 грн.

Шашлычница
Нагревательный элемент из нержавеющей стали, колба из кварцевого стекла.
949 грн. 5 шампуров! Шашлык за 20 минут!

Шарик для стирки
Clean Ball предназначен для стирки в машинке без порошка!
159 грн.

Телефон Nokia на 2 sim-карты
Подходит для работы и развлечения: диктофон, FM-радио, видеоигры, MP3, MP4 видеоплеер, видеокамера, фотокамера, интернет, наушники.
499 грн.

Электробритва
Компактная, ротонная, аккумуляторная бритва со встроенным триммером и тремя бритвенными головками.
249 грн.

Машинка для стрижки волос
Электрическая машинка Scarlett с четырьмя насадками 3-6-9-12 мм. В комплекте: ножницы, расческа, щеточка, масло.
249 грн.

Волшебные бигуди
Оригинальное средство для создания роскошных локонов. Придадут волосам большой объем.
169 грн.

Расческа-выпрямитель
Для создания прически за 5-10 минут! Нагревается за 30 секунд от 60° до 250°. Не обжигает и не травмирует волосы.
299 грн.

Швейная машинка
Работает от сети и от батареек, с педалью, для мелкого ремонта одежды.
449 грн.

Паровая щетка
Разгладит любые складки на одежде, шторах, тканях. Гладит прямо на вешалке!
329 грн.

Паровая швабра
Избавит дом от грязи, пыли, жира на кухне, микробов в туалете и ванной, вымоет стекла, зеркала, вычистит мебель, шторы, ковры паром, без моющих средств!
829 грн.

Овощерезка
Нарезает кубиками, соломкой, шинкует. Трет овощи, фрукты. Контейнер для нарезанных продуктов + овощечистка!
249 грн.

Аппарат для голубцов и долмы
Положите капустный или виноградный лист в прибор, добавьте фарш и плавно проведете вперед, а потом назад.
229 грн.

Настенный обогреватель
Инфракрасный настенный пленочный обогреватель-картина, не сушит воздух, не сжигает кислород! Десять видов рисунка!
400 Вт/ч, вес 740 г, 100 x 58 см. **519 грн.** УКРАИНА.

Электропростыня
Наслаждайтесь сном и комфортным отдыхом, спите в тепле и дышите свежим воздухом всю ночь. Мощность 40-80 Вт/ч.
150 x 80 см – 419 грн., 150 x 120 см – 499 грн.

Согревательный коврик
Можно подкладывать под руки при работе в холодном помещении; использовать как теплую подстилку для небольших домашних животных.
259 грн.

Коврик для цыплят
Способствует быстрому росту и уменьшению смертности птицы. Идеален для выращивания цыплят и другой домашней птицы.
41 x 30 см, 28 Вт/ч. **225 грн.**

Сушилка для обуви
Равномерно полностью высушит обувь за 3-5 часов, не повредив ее!
169 грн.

Ледоступы
Не позволят поскользнуться во время гололеда.
129 грн. Стальные шипы – 4 шт., р-ры 35-50 и детские. 2 пары – 199 грн.

Воскрешающий хомяк
Скажете хомячку какую-либо фразу, и он воспроизведет ее практически со 100%-ным сходством!
219 грн.

Звездное небо
Теперь отражение тысяч звезд на стенах и потолке вашей комнаты!
169 грн.

Ночник «Черепаха»
Проецирует ночное небо со звездами. 8 созвездий, 4 мелодии.
299 грн.

Летающий миньон
На радиоуправлении, работает от аккумулятора. Для отдыха и развлечения ребенка!
229 грн.

Летающий миньон
На радиоуправлении, работает от аккумулятора. Для отдыха и развлечения ребенка!
229 грн.

Дебютанты в моей коллекции

Длительное время стрептокарпусы я считала очень приятными растениями, поэтому не решалась поселить их у себя на подоконнике. А когда в качестве подарка я получила пару маленьких стрепсиков, вынуждена была побольше о них узнать и уделить им должное внимание.

Теперь могу сказать, что грунт для этих растений нужно составлять рыхлый, достаточно воздухопроницаемый. Желательно в смесь для взрослых экземпляров добавлять немножко биогумуса. В вазонах нужно обязательно использовать дренаж. Вода для полива не должна быть холодной, так вы убережете растения от воздействия гнилостных бактерий.

Летом стараюсь поливать стрептокарпусы чаще, но не заливаю,

полив провожу только тогда, когда верхний слой грунта просыхает.

Заметила, что стрептокарпусы развиваются на солнечном подоконнике, но требуют притенения от прямых солнечных лучей. Оптимальная температура содержания – 20-25°.

Комнату, где стоят растения, стараюсь часто проветривать (они любят свежий воздух), но на улице летом не выношу.

Для размножения стрептокарпусов использую листовое черенкование. Детку можно получить не только с целого листа, но и из фрагментов длиной 6-7 см. При появлении из грунта деток растение нужно переставить под лампу (если дело зимой) или на светлый подоконник.

Елена САВЕТА

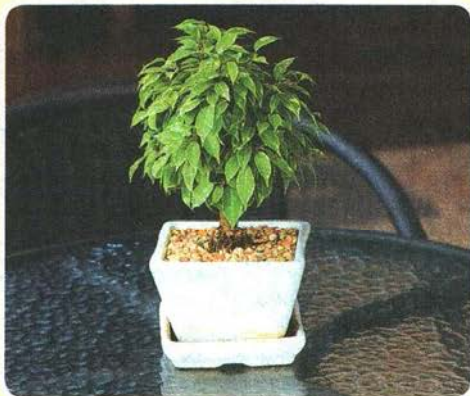


Не выбрасывайте «грустный» фикус

У меня рос фикус Бенджамина – большое деревце, с которым я не знала хлопот. Но прошлой зимой он начал сбрасывать листья. Остался практически голый ствол. Я решила, что растение погибло, и собиралась его выбросить.

Хорошо, что вовремя ко мне зашла соседка. Она осмотрела фикус. Сказала, что ветки упругие, и нашла несколько живых почек. Посоветовала его опрыскивать и поливать, но нечасто. Объяснила мне, что листья он сбросил из-за слишком сухого воздуха и нехватки света. Я стала опрыскивать цветок почаще, поливать. Повесила над ним дневную лампу. И через месяц мой фикус ожил.

Наталья ХРУСТОВА



Внимание – каждому растению

Я очень люблю выращивать цветы и не могу отказаться, когда мне предлагают очередной отросток. Все подоконники и прилежащее к ним пространство заполнено у меня горшками с цветами. Но в какой-то момент я поняла, что уход за цветами перестал приносить мне удовольствие. Я стала забывать названия экземпляров из коллекции, некоторые растения начали страдать от недостаточного полива, потому что я просто не вспоминала о них.

Тогда я усилием воли заставила себя провести ревизию цветочных владений. Что-то отдала знакомым. А для себя установила правило: чтобы взять новый цветок, нужно освободить для него место, то есть убрать какой-то старый.

Виктория УРУСОВА

Кактусы в опилках

С некоторого времени я стала выращивать кактусы не в грунте, а в опилках. Идею подсмотрела у одной знакомой. От нее же я узнала, какого ухода требуют такие кактусы, и тоже пересадила питомцев в опилки.

Технология очень проста. Нужно насыпать на дно горшка песка, сверху положить опилки. Использовать опилки только хвойных пород дерева. Перед посадкой кактусов и песок, и опилки заварить кипятком. Кактусы, растущие в опилках, поливать и зимой, и летом только горячей водой. Они прекрасно себя чувствуют, к корням всегда есть хороший доступ кислорода. И кактусы прекрасно растут.

Фаина АСКЕРОВА



Правила толстянки

Моей толстянке 6 лет. Вырастила я ее из черенка с 3 листочками. Посадила сразу в грунт и накрыла баночкой. Первое время поливала часто, через 3 недели баночку убрала, и дерево пошло в рост.

В уходе за толстянкой обязательно нужно формировать крону и ствол. Я обрывала листочки со ствола и прищипывала верхние веточки.

Мое растение привыкло к засушливым условиям. Зимой поливаю его 2 раза в месяц, летом – раз в 1-2 недели. Грунта толстянке достаточно бедного, как для кактусов, можно разбавить его песком, мелкими камушками. На дно горшка обязательно нужно положить слой дренажа.

Татьяна ВОЛОШКО



Праздничная подкормка

В новогодние праздники мы едим много фруктов: апельсинов, мандаринов, бананов, гранатов, киви. Из их кожуры не сложно сделать подкормку для домашних растений. А если добавить хвою с новогодней елки, пользы только прибавится.

Я заливаю 3 горсти растительного сырья в 3-литровой банке кипятком и настаиваю средство 3-4 ч. Остывший настой процеживаю через марлю, затем поливаю и опрыскиваю им цветочки. Получается и корневая, и внекорневая подкормка, а

заодно профилактика от болезней и вредителей. Ведь в кожуре фруктов и хвое содержатся как различные витамины и минералы, так и фитонциды, уничтожающие болезнетворные микроорганизмы, изгоняющие насекомых.

Поскольку кожуры и хвои набирается зимой много (можно собрать их у соседей, друзей), не помешает заготовить их на весенне-летний период: пропустить через мясорубку, положить в пакет и отправить в морозилку.

Полина КУШЕРЕНКО



«Харківський інститут профнавчання» пропонує навчання за спеціальностями:

- БУХГАЛТЕР
- ВИХОВАТЕЛЬ-НЯНЯ
- КУХАР-КОНДИТЕР
- ПРОДАВЕЦЬ
- МОЛОДША МЕДИЧНА СЕСТРА
- ПЕРУКАР-СТИЛІСТ
- МАСАЖИСТ
- МЕНЕДЖЕР З РЕКЛАМИ
- ПОМІЧНИК ЮРИСТА
- СЕКРЕТАР ОФІС-МЕНЕДЖЕР
- КОСМЕТИК
- МЕНЕДЖЕР З ТУРИЗМУ
- БАРМЕН-ОФІЦІАНТ

ЗА 5-9 МІСЯЦІВ заочно –
прийм без обмежень за віком
та освітою.

АДРЕСА: 61045, м. Харків,
вул. Малоджанкойська, 4/15/0301,
тел. (057) 340-61-03.

Надішліть SMS із точною адресою,
прізвищем та обраною спеціальністю
на номер (098) 753-54-98
і ви отримаєте безкоштовні
умови навчання.

ліц. МОНУ АВ 552199 від 19.10.2012 р.

КРУПНОПЛОДНАЯ СЛАДКАЯ МАЛИНА

без шипов и с огромными ягодами

Цена саженцев крупноплодной малины
(высший сорт) 1 шт. – 30 грн., 10 шт. –
200 грн., 20 шт. – 350 грн. + 39 грн. – упаковка
и доставка посылки Укрпочтой независимо от
количества саженцев.

Также за 450 грн. (+ 39 грн. – упаковка и
доставка посылки Укрпочтой) закажите
набор из 30 растений – 10 шт. крупноплодной
малины + 10 шт. ремонтантной малины + 10 шт.
штамбовой малины.



www.titovchp.uaprom.net

Тел.: (099) 415-00-15,
(067) 621-40-47, (063) 755-27-27

Акция!



Примите участие в акции
«Ірисовий сад»
на сайте www.cib.net.ua
и получите

**ирис «Cashet»
в подарок!**



73 грн
бесплатно

**Новинка
селекції!**

Акція дійсницьна до 15 фєвралья 2017 г.

Снег работы прибавляет



После каждого сильного снегопада стараюсь побы-
вать на даче. Во-первых, про-
веряю состояние крыш дома,
сарая и других сооружений. Во-вторых, выпавший снег
нужно пустить в дело.

Вооружаюсь длинным ше-
стом и осматриваю сад: воз-
можно, на какой-то крупной
ветке скопилось столько снега,
что она может обломиться. Затем беру лопату и набра-
сываю в приствольные круги
деревьев как можно больше
снега, а потом утаптываю его. Это позволяет согреть де-
рево и затруднить грызунам

доступ к его коре. Особенно
тщательно утепляю молодые
деревца: они весьма чувстви-
тельны к морозу и поврежде-
ниям коры. Конечно, утрам-
бованный снег несколько
ограничивает доступ к корням
кислорода. Но я не заметил,
чтобы это в дальнейшем как-то
серьезно повлияло на состоя-
ние дерева.

Попутно, раз уж все равно
оказался на даче, обрабатываю
кусты и прочие многолетники:
отгребаю снег, взрыхляю сле-
жавшуюся мульчу и вновь при-
крываю растения снегом.

Виталий ПАРХОМЕНКО

Тепличные советы

Если вы в новом сезоне будете первый раз ставить теплицу, учтите
мои советы.

При высокой температуре плоды плохо закладываются, появляются вре-
дители и болезни. Поэтому вверху теплица обязательно должна иметь фор-
точки. Но иногда и проветривание не справляется с жарой в теплице. Чтобы
притенить ее, я окрашиваю пленку разбавленной водоземлюсионкой.

Александр КИСЕЛЕВ

Огурец среди зимы?

В моем детстве свежие огурцы
появлялись в продаже только с
середины лета, а окрошку мы де-
лали с весны до самых холодов.
Вместо огурцов мама добавляла
травку огуречник. Позже я узнала,
что ее научное название бораго.

Травка эта нетребовательна к
уходу, почве. Размножается самосе-
вом: оставьте один кустик, и на сле-
дующий год бораго взойдет.

Листья у бораго крупные, шер-
шавые, колючие, с запахом свежего
огурца. Из них я делаю заготовку
на зиму: собираю листья, мелкие
стебельки мелко режу, оставляю
на 2-3 ч. подвялиться, затем кладу
в пакет – и в морозилку. Если среди
зимы захотелось окрошки, беру ще-
потку бораго и прочие ингредиенты.
Окрошка выходит как летом!

Валентина ЦИБАНОВА



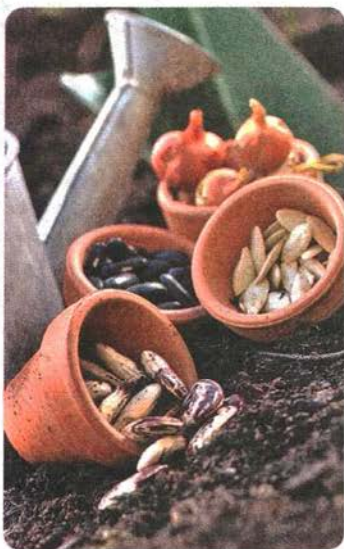
Укроп на подоконнике

Каждую зиму на моем столе
есть свежий укропчик! А «грядка»
не требует к себе большого вни-
мания.

Я выращиваю укроп в 5-литровых
пластиковых бутылках, у которых
вырезан один бок, а с противопо-
ложного бока сделаны дренажные
отверстия. Импровизированные
горшки заполняю землей из цве-
точного магазина либо из огорода,
но хорошо удобренной перегноем.
Семена раскладываю по земле, при-
сыпаю их слоем примерно 1 см и
поливаю из лейки с дождевальной
насадкой. Важно, чтобы струя воды
не смыла грунт с семян. «Грядку»
на 3-4 дня накрываю слоем поли-
этилена. Бутылки-горшки размещаю
как на солнечных, так и на тенистых
подоконниках, а впоследствии пе-
реношу их из затененной комнаты в
светлую, и наоборот. Поливаю укроп
отстоянной водой 1 раз в 3 дня.

За зиму делаю 3-4 посадки, каж-
дый раз в новую землю. Без этого
хорошего урожая не получить.

Ольга ДЕЛИЦЫНА



Повышаем всхожесть семян

Отличный способ повысить всхожесть се-
мян – гранулирование.

Я развожу в 0,5 л холодной воды 1 ст. л. крах-
мала и 1-2 г медного купороса. Довожу состав
до кипения, помешивая его. Охлаждаю жид-
кость и погружаю в нее семена растений в мар-
левом мешочке. Через 1 мин. вынимаю и рас-
кладываю на салфетке. Когда подсохнут, снова
собираю семена в марлю и опускаю на минутку
в раствор извести (как для побелки). И опять
обсушиваю семечки на бумаге. Вокруг семян
образуется оболочка, защищающая от инфек-
ций и грибков. Она же является питательной
средой, стимулирующей при попадании влаги
на семя его быстрое прорастание.

Сергей КУДРЯШОВ



45 кг помидоров с 1 кв. м!

Посев помидоров на рассаду сейчас, к концу июня вы получите первые спелые плоды.

Сперва подержите семена 2-3 мин. в горячей (60°) воде. Потом поместите их в раствор соли (3%). Полновесные семечки, которые опустятся на дно, промойте в ситечке под струей из крана и залейте марганцевым раствором (1%). Через 25-30 мин., пересыпав их влажным песком (1:10), отправьте для стратификации в холодильник на 2 недели.

Затем посейте семечки в ящики со смесью из дерновой почвы, зрелого компоста и некислого торфа (1:1:1) с добавлением 500 г древесной золы, 70 г су-

перфосфата, по 30 г нитроаммофоски и калимагнезии на 10 кг почвосмеси. Накрыв посеvy стеклом, поместите рассадные ящики в тепло (25-28°). А через 4-5 дней, когда взойдут ростки, перенесите посеvy в прохладу (13-15°).

Подсвечивайте рассаду по 12-14 ч. в сутки из расчета 200 Вт на 1 кв. м. С появлением 2 больших листьев пикируйте в пластиковые стаканы, заглубляя растения до семядольных листиков. Дважды в неделю поливайте.

В конце марта – начале апреля я пересаживаю помидоры в теплицу. Кусты быстро разрастаются. За сезон я собираю до 45 кг плодов с 1 кв. м.

Ольга ДОЛБНИНА

Перец любит пасынкование

Пасынковать перец я начинаю, когда он хорошенько укоренится и достигнет высоты 25-30 см. Как правило, за дело берусь рано утром или под вечер.

Острыми ножницами срезаю верхушку растения, затем выбираю 4-5 самых развитых веток, а остальные аккуратно отламываю. Оставленные веточки через время тоже лишаю верхушек. В течение сезона по мере необходимости повторяю пасынкование.

Юрий ТИТОВ



Календарь народных примет



с 23 января по 5 февраля

23 января

Григорий Летоуказатель. На скирдах иней ляжет – к дождливому лету.

24 января

Федосей Весняк. Тепло на Федосея – к ранней весне. Если в этот день морозно – поля засеешь поздно.

25 января

Татьяна. Снег идет – к влажному лету.

26 января

Ермил. Кошка когтями скребет пол – к метели.

30 января

Антон Перезимник. Антон оттеплит, а после обманет – колким морозом всю землю стянет.

31 января

Афанасий и Кирилл. Метель да вьюга – весна поздняя будет. Если в полдень солнце выглянет – весна раньше придет.

1 февраля

Макарий. Солнечная погода в этот день обещает ранний приход весны.

2 февраля

Ефимий. Солнце в полдень – ожидай раннюю весну.

3 февраля

Максим Исповедник. Ясная зоря предрекает наступление холодов.

4 февраля

Тимофей Полузимник. С утра вспотели оконные рамы – будет потепление.

5 февраля

Климент. Если утром синица кричит за окном – к морозу.

Каток на участке

В нашей семье вошло в традицию делать зимой на даче мини-каток.

Участок площадью с сотку однажды был выровнен, а осенью, перед выпадением снега, мы снабжаем его ограждением из широких досок. Когда выпадает снег, набрасываем его внутрь площадки и утрамбовываем слоем 5-7 см, прокатывая несколько раз большое бревно. Затем из шланга с дождевальной насадкой поливаем будущий каток так, чтобы сформировался лед толщиной 2 см. Через 3-4 ч. повторяем процедуру. Слой льда доводим до 10-12 см. Затем проходимся по поверхности катка намоченной в горячей воде тряпкой – разравниваем неровности. Шероховатости, которые образуются в процессе катания, заделываем кашицей из воды и снега, а потом снова разравниваем теплой водой.

Узнав о нашей «ледовой» традиции, соседи помогают делать каток и заходят покататься. Устройство катка может показаться трудоемкой процедурой, но если проделать ее один раз, в дальнейшем сложностей быть не должно.

Василий ЯРОХА





**НА ВОПРОСЫ
ОТВЕЧАЕТ**
священник
Александр Гудовских

28 января – день памяти преподобного Иоанна Кушника.

Иоанн в юности принял иноческий постриг, подвизался в обители. Спустя 6 лет его постигло искушение: тоска по дому и родителями преследовали его. Вернувшись в дом в облачении нищего, он, никем не узнаваемый, поселился у ворот родительского дома. Лишь когда он показал родителям Евангелие, которое те ему подарили много лет назад, они узнали сына. Иоанн скончался в возрасте 25 лет, на месте его погребения построили храм. Иоанну Кушнику молятся для избавления от тоски по родным краям.



Все скорби подаются нам Господом...

«Скорби посылаются нам по воле Божией. Однако в молитвах мы просим об избавлении от скорбей. Получается, мы просим спасения от того, что Господь для нас избрал?»

Ольга ГРИВЦОВА

То, что скорби посылаются по воле Божией, – не постулат. Если человек грешил и от греха чем-то заразился, можно ли сказать, что это Бог его заразил? Наши скорби и труды зачастую воздаются нам за наши ошибки. Но по христианскому учению мы возлагаем всю надежду на Господа и говорим: «Господи, я согласен со всеми скорбями, я достоин их за свои проступки, но я не озлобляюсь, не ропщу, а принимаю их как справедливость, как то, что Ты

Сам мне подал, поэтому готов понести всю тяжесть этих бед. Но также прошу Тебя, Господи, не давай мне огорчиться или сломаться, дай сил все скорби претерпеть или дай ослабление этих тяжестей, а я в свою очередь извлеку из того урок и не буду так бесстыдно и легко окунаюсь потом в грехи, а постараюсь жить по-новому – святой жизнью, достойной христианина». Вот так мы, христиане, должны понимать слова о том, что все скорби подаются нам Господом.

На Крещение вся вода – святая?

«Правда ли, что в Крещение вся вода становится святой, в том числе водопроводная? И еще один вопрос: стоит ли окунать в крещенскую купель ребенка или это должен быть его осознанный выбор во взрослом возрасте?»

Ирина ГОРЮНОВА

На праздник Крещения совершаются молебны во всех православных храмах, и каждый священник молится об освящении всех вод. Продолжая молитву, просит о том, чтобы через прикосновение,

кропление или питье этой новой, освященной воды каждый человек просвещался Божественной Благодатью. Поэтому нередко вода, набранная в Крещение из-под крана, не портится долгое время.

Волхвы – колдуны?

«Читая разную литературу, я понимаю, что волхвами в древности называли колдунов. А в Законе Божием сказано, что волхвы были благочестивыми. Как это может относиться к колдунам?»

Виктор КРЕЧЕТОВ

Здесь действует подмена понятия. Те волхвы не были колдунами в нынешнем понимании. Они были людьми науки, которые задавались вопросом, почему происходят те или иные физические или природные явления, и искали ответ на него. Простой люд того времени все эти явления приписывал Богу. Также волхвы были астрологами (не такими, как иные нынешние шарлатаны): собирали сведения о звездных телах, соотносили времена года и движение звезд. Сейчас мы можем найти Большую Медведицу и по ней определить стороны света, а люди того времени этого не знали. Волхвы исследовали эти явления, а кроме того, хранили пророчества. Например, пророк Давид за несколько веков до Рождества Христова пророчествовал о рождении Царя, и волхвы ожидали особых знамений небесных светил, чтобы не пропустить это событие. Они оказались очень точными в своих исследованиях, так как заранее на верблюдах вышли из своей страны и подоспели как раз к евангельскому событию.

Если от человека долго нет вестей

«Как молиться за человека, от которого давно не было вестей, и не знаешь, жив он или нет. Какую свечу ему ставить в храме – за здоровье или?»

Полина ПУЧКОВА

У Бога все живы, поэтому, если не знаете, что на самом деле случилось с человеком, если у вас нет достоверных сведений о его судьбе или местонахождении, молитесь о нем как о живом и свечи ставьте за здоровье. Никакого греха в этом не будет.

Что касается купания детей – решать нужно родителям. Если вы сами боитесь и жметесь, этот страх может перейти и на детей, и ничего, кроме психологической травмы, они не получат. Если же вы переступаете все сомнения и окунаетесь осознанно, то и ребенок, видя это, получит положительные впечатления. Я своих детей с 3 лет окунаю и в святых источниках, и на Крещение, если

получается побывать на проруби.

Добавлю, однако, что крещенское купание – не догмат и не показатель веры. Поэтому в прорубь можете и не окунаться, но без посещения храма, регулярной исповеди и причащения нельзя считаться христианином. И если все приоритеты расставлены верно, то вы сами духом уразумеваете, как нужно поступить.

Запоздалая слава Леонида Броневого

Роль группенфюрера Генриха Мюллера в фильме «Семнадцать мгновений весны» принесла Леониду Броневому запоздалую, но всенародную славу. И путь к ней не был простым...

«ВРАГИ НАРОДА»

Настоящее имя артиста – Леонид Соломонович Факторович. Родился он в Киеве 17 декабря 1928 года. И какая дерзкая насмешка, какая глубинная ирония кроется в том, чтобы выходец из еврейской семьи, чьи многочисленные родственники погибли от рук нацистов, сыграл в кино одного из самых рьяных практиков окончательного решения еврейского вопроса! Другая грань иронии судьбы состояла в том, что отец Броневого, Соломон Иосифович, юрист по профессии, служил, как и Мюллер, в органах госбезопасности – но, разумеется, советских. Хотя дослужиться до ранга Мюллера не успел: в 1936 был репрессирован. Тогда-то жизнь 8-летнего Лени круто изменилась.

Мама, бухгалтер Белла Львовна, спешно развелась с мужем, сменила сыну отчество (Сергеевич) и фамилию (Бронево), надеясь защитить мальчика от гонений. Не помогло...

Леонида с матерью, как семью «врага народа», отправили в ссылку в Кемеровскую область, а с началом войны эвакуировали в Казахстан. Но именно эти жизненные трудности выковали его характер и помогли проявиться талантам.

В Казахстане он окончил общеобразовательную и музыкальную школы. Затем легко поступил и без труда окончил Театрально-художественный институт в Ташкенте. Проработав несколько лет в провинциальных театрах, оказался в московской Школе-студии МХАТ.

БОЛЬШАЯ УТРАТА

Во время учебы Бронево познакомился со студенткой Щукинского училища Валентиной Блиновой. Завязался роман, вскоре молодые люди поженились. Оба получили распределение в Чечено-Ингушетию, позже переехали в Иркутск, где родилась их дочь Валентина. Сначала собирались назвать ее Ольгой, но Леонид настоял, чтобы дочь носила имя жены. Видимо, сработала интуиция: вскоре после переезда семьи в Воронеж выяснилось, что Валентина-старшая смертельно больна – у нее обнаружили рак легких в неоперабельной стадии. После похорон супруги Леонид, так и не имея сво-

его дома, вместе с дочерью переехал в Москву, к родственникам покойной жены. С маленькой Валец нянчились бабушки, а Леонид пытался найти хоть какую-нибудь работу.

До 1962 года ему чудовищно не везло. Он пытался заработать, играя на деньги в домино, а в театр его не брали до одного случая. В Театре на Малой Бронной, проигнорировав таланты и умения актера, присмотрелись к фамилии, созвучной с названием театра, и предложили войти в труппу. Бронево тогда было 34 года, у него на руках маленькая дочь, он получал мизерную зарплату и ютился в крохотной комнатке коммуналки вместе с родственниками жены. До звездной роли в «Семнадцати мгновениях весны» оставалось 2 года...

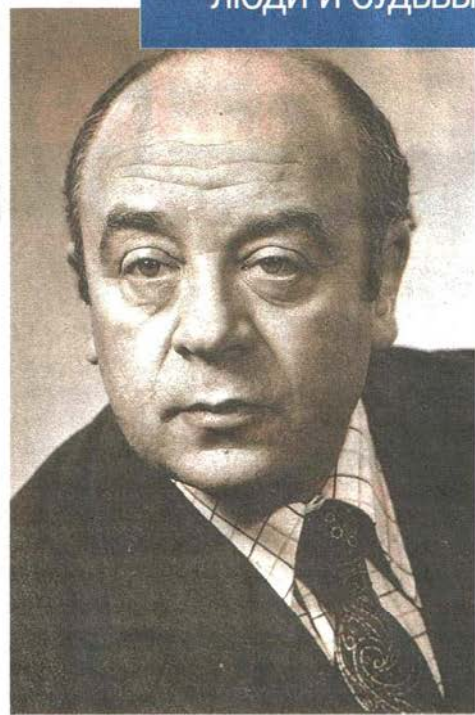
РОЛЬ ВСЕЙ ЖИЗНИ

Роль Мюллера досталась Бронево случайно. Снимать планировали Всеволода Санаева, однако он наотрез отказался играть палача. Потом отказались еще несколько народных артистов, боясь запятнать положительный образ. У Броневого же не было ни образа, ни званий, ни амбиций – лишь жесткая финансовая нужда.

То, что Бронево совсем не похож на реального Мюллера, никого не волновало. Как и то, что все костюмы группенфюрера были пошиты на Санаева, который был на 2 размера меньше Броневого. Из-за этого Бронево в кадре постоянно дергал шеей – мешал воротник. Однако именно это движение стало «изюминкой» образа. А главное, Бронево впервые представилась возможность блеснуть талантом. И он блеснул – да так, что стал первым в истории СССР человеком, получившим правительственные на-



Кадр из фильма «Семнадцать мгновений весны»



Долгое время его незаурядный актерский талант не признавали...

грады за исключительно удачное исполнение образа врага! После этого Валентин Гафт, сыгравший в фильме незначительную роль, написал на Броневого язвительную эпиграмму: «От славы одуревший, теперь на все горазд. И сам себе завидует, и сам себя продаст!»

СВОИМ ЧЕРЕДОМ

Жизнь между тем шла своим чередом. 10 лет Леонид Сергеевич пребывал в безутешном горе по ушедшей супруге и лишь после этого понял, что вновь способен на чувство. Его избранницей стала давняя знакомая Виктория Валентиновна. Актер решился на второй брак.

Вскоре после женитьбы ему дали квартиру, в которую он переехал с новой женой. Дочка осталась жить с няней, но часто навещала отца, звонила ему. Затем вышла замуж, родила Леониду Сергеевичу внука Ольгу, которую он обожал. Однако со временем общение с дочерью и внучкой сошло на нет. Возможно, сказалось влияние Виктории Валентиновны, опасавшейся, что дочь и внучка будут претендовать на имущество Броневого (хотя те вполне обеспечены всем необходимым, в том числе жилплощадью). А Леонид Сергеевич, вероятно, в силу возраста и пережитых потрясений, слишком устал, чтобы на чем-то настаивать. Да и здоровье начало сдавать – 17 сентября 2012 года у актера случился инфаркт. Что поделать, даже прирожденные бойцы «невидимого фронта», сильные духом и крепкие талантом, порой сдают позиции...

Валентин ЛЕНСКИЙ



Как получить бесплатные лекарства?

«Можно ли получить лекарства бесплатно? Если да, то каким категориям граждан? На основании какого закона? Что делать, если отказывают в выдаче лекарства по бесплатному рецепту?»

Вера ГРЕБЕНКО

Существует постановление Кабинета министров Украины №1303 от 17 августа 1998 года, которым предусмотрены бесплатные лекарства для определенных категорий граждан. Такие лекарства предусмотрены для пенсионеров, инвалидов и других льготных категорий населения. Если вы относитесь

к одной из данных категорий (полный перечень указан в постановлении), но вам не выдают бесплатные лекарства, напишите заявление на имя директора аптеки по факту нарушения. Если и это не поможет, есть смысл обращаться с жалобой в Министерство охраны здоровья Украины или в суд.

Документы с пометкой

«Планирую оформлять документы на получение права собственности. Примут ли документы, если на них есть пометка канцелярским штрихом?»

Мария КЛЮЕВА

Если при заверении документов у нотариуса на вашем паспорте или коде обнаружится пометка, которая не является официальным штампом, скорее всего, у вас примут документы. Затем вы должны будете получить извлечение из реестра прав на недвижимое имущество. И если, скажем, на этом бланке будут какие-либо пометки и специалист центра откажет вам в регистрации права собственности, необходимо будет обратиться к нотариусу и получить дубликат документа.

Льготы на земельный налог

«С 2002 года я инвалид II группы. Сейчас я получила в наследство земельный участок, оформляю его на себя. Очень интересно, будут ли у меня льготы по уплате земельного налога. Расскажите, кому вообще полагаются подобные льготы и куда за ними следует обращаться»

Ирина ВОРОНИНА

В соответствии со ст. 281.1 Налогового Кодекса Украины вы освобождаетесь от уплаты налога на землю. Но помните, что документы в налоговую инспекцию по месту нахождения участка вы можете подать только после того, как получите извлечение о праве собственности из реестра прав собственности на недвижимое имущество. После того, как налоговая инспекция

рассмотрит ваши документы и основания для освобождения от уплаты налога, вы получите официальное уведомление налоговой инспекции.

По общему правилу освобождаются от уплаты налога следующие категории граждан: инвалиды I и II групп, пенсионеры по возрасту, ветераны войны, чернобыльцы, а также лица, которые воспитывают 3 и более детей возрастом до 18 лет.



Фермер – предприниматель?

«Всегда ходила продавать овощи со своего огорода и заготовки на рынок в соседнем городе. Место там специально обустроенное для торговли, все было в порядке, да тут дети стали меня страшить, что надо еще дополнительно платить налоги с доходов от продажи. Неужто и правда?»

Валентина ПЕТУХОВА

Согласно Налоговому кодексу Украины, вы действительно являетесь субъектом предпринимательской деятельности, если ведете торговлю с прилавка. И если вы не зарегистрированы как предприниматель и не получили патент на выездную торговлю, все сопутствующие документы и разрешения, то ваша деятельность незаконна. Платить в таком случае придется не налоги, а немалые штрафы.

Если же вы официально зарегистрированы как предприниматель, то вам в установленном законом порядке следует платить налоги. Режим налогообложения вы можете выбирать сами. От этого будут зависеть размер, периодичность отчислений, а также форма отчетности. Если в таком случае налоги платиться не будут, то вам грозят штрафы за их неуплату.



ВАШ ЛИЧНЫЙ АДВОКАТ



На ваши вопросы отвечает частный юрист Алексей Сергеевич ВИНОГРАДОВ.

Когда платить пошлину?

«Я недавно выиграл дело о защите прав потребителей, мне сказали, что пошлину уплачивать не надо. А за какие дела и судебные процедуры уплачиваются пошлины?»

Константин БЕСЧАСТНЫЙ

Действительно, в некоторых случаях при подаче иска в суд судебный сбор не уплачивается. Их перечень указан в Гражданском процессуальном кодексе Украины, а также Законе Украины «О судебном сборе». Такими исками, кроме исков о защите прав потребителей, являются иски о трудовых спорах, некоторые виды приказного производства, а также некоторые виды семейных споров. Кроме того, освобождаются от уплаты судебного сбора некоторые льготные категории граждан, перечисленные в ЗУ «О судебном сборе».

Погасить кредит досрочно?

«Взял кредит на обучение, выплачивал долг каждый месяц. Недавно продал машину, и появилась возможность довнести сумму целиком. Возможно ли это? Могут ли потребовать за это какие-то комиссии или проценты?»

Андрей КОЛЕВАТОВ

Все зависит от того, что указано в вашем кредитном договоре. Так как все ваши взаимоотношения с банком построены на том,

что написано в кредитном договоре, вам необходимо обратиться к пунктам о досрочном погашении кредита и разрыве договора. Если такой опции в договоре не прописано, значит, досрочно разорвать договор и погасить целиком кредит вы не можете, как бы вам этого не хотелось. Если же в договоре есть такой пункт, необходимо строго следовать ему. Если банк не принимает платеж досрочно, хотя такой пункт в договоре есть, вы можете настоять на своих требованиях, подав соответствующий иск в суд.

Неподходящий телевизор

«Купленный телевизор не подошел мне по габаритам. В магазине деньги возвращать отказываются. Законны ли действия дирекции?»

Светлана НИКИТЕНКО

Согласно ЗУ «О защите прав потребителей» покупатель имеет право на обмен товара или возврат денежных средств, если с момента покупки прошло не более 14 дней, товар не подошел по габаритам, цвету, фасону, а также сохранился его товарный вид и чек от покупки. Действия продавца являются законными, если с момента покупки телевизора прошло более 14 календарных дней. Если же срок меньше, напишите в госпотребслужбу жалобу на незаконные действия сотрудников продавца или подайте иск в суд. Вам должны поменять товар на аналогичный, но подходящий вам по габаритам, или вернуть деньги.

Написать два завещания?

«Я пожилой больной человек. За мной ухаживают внучка и сестра. Я пока не знаю, кому из них хочу завещать квартиру. Могу ли я написать два завещания с разными наследниками и разными условиями, а позже решить, какому из них дать ход?»

Виктор ХАРИЧЕВ

Гражданским кодексом Украины не предусмотрено одновременное действие двух завещаний. Кодекс содержит четкий порядок, где говорится, что при наличии двух завещаний силу имеет то, что написано позже. Если же какие-то условия завещания не повторяются во втором завещании, то они остаются в силе и для второго завещания. Поэтому вы не можете написать два завещания с одними и теми же условиями и тем прицелом, чтобы оба завещания имели юридическую силу.

Если соседка требует денег

«Я купила комнату в общежитии, жила там недолго, потом съехала и вернулась спустя 5 лет. Раньше мы делили электрическую плиту с еще одной девушкой. Пока я не жила в комнате, она купила новую плиту. И говорит, если я хочу пользоваться этой плитой, должна выплатить ей 1/2 стоимости. У меня таких денег нет. Как со владать с соседкой?»

Галина ЯЦЮК

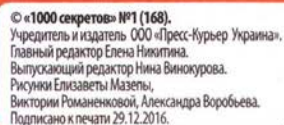
Такие дела обычно являются очень сложными, так как очень мало доказательств одной и второй стороны. По общему правилу, все, что находится в общежитии, является общим для пользования тех, кто там проживает. Человек может доказать, что это его вещь, только предъявив чек о покупке и запретив на праве частной собственности использовать эту вещь. С другой стороны, плита была куплена без согласования второй стороны, и, т.к. это вещь общего пользования, требования хозяйки плиты можно оспаривать. Единственное, что можно здесь посоветовать: попробовать договориться с соседкой мирно, т.к. даже если суд вынесет какое-либо решение, его исполнение может оказаться проблематичным.

Кому достанется наследство

«Мужчина женился в 60 лет. Имущество (дом и 2 квартиры) приобретено до вступления в брак. У него 4 родные сестры. Родителей, детей, завещания нет. Кому будет все принадлежать после его смерти?»

Анна САФРОНОВА

По общему правилу все имущество унаследует жена, т.к. она находится в первой очереди наследия. Сестрам не достанется ничего, так как по закону имущество распределяется между лицами одной очереди в равных долях. Однако, если жена по какой-то причине наследство не примет, его смогут принять родные сестры – по 1/4 части каждой.



Тираж 275 000 экз.
Адрес редакции и издателя: 04073, г. Киев, Московский пр., 6, кор. 1, оф. 43. Тел.: +38 (044) 495-48-43, 495-48-44, 495-48-45.
Отпечатано в типографии ООО «Компания «Юнивест Маркетинг», 08500, Киевская обл., г. Фастов, ул. Полиграфическая, 10.
Свидетельство о регистрации печатных изданий:
КВ № 14985-3957Р от 23.02.2009 г.

Адрес для писем: 04205, Киев,
а/я 121, «1000 секретов». E-mail: 1000@p-c.ru
Рекламный отдел: E-mail: newtek@p-c.ru
Отдел распространения: E-mail: UKR@p-c.ru
Ответственность за содержание рекламы несет
издатель. Перепечатка материалов допускается
с разрешения редакции. Литературная обработка

редакционным коллективом. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов письма. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. Все права защищены. Каждое опубликованное письмо оплачивается: 30 гривен — письмо без фото, 100 гривен — письмо с фотографией, сделанной автором собственноручно.

Просьба не использовать газету в хозяйственных целях, т. е. в ней публикуются лишь святые и чистые из Священного Писания.

Именинники

23 января – Анатолий, Григорий, Павел, Петр.
24 января – Виталий, Владимир, Михаил, Николай, Степан, Федор.
25 января – Илья, Петр, Татьяна.
26 января – Максим, Петр, Яков.
27 января – Агния, Андрей, Вениамин, Иван, Илья, Марк, Нина, Павел, Сергей, Степан.
28 января – Вениамин, Елена, Иван, Максим, Михаил, Павел.
29 января – Иван, Максим, Петр.

30 января – Антон, Антонина, Виктор, Георгий, Иван, Павел.
31 января – Александр, Владимир, Дмитрий, Евгений, Кирилл, Ксения, Максим, Мария, Михаил, Николай, Сергей.
1 февраля – Антон, Арсений, Марк, Николай, Петр, Федор.



2 февраля – Артем, Инна, Лев, Павел, Римма, Семен.
3 февраля – Агния, Анастасия, Анна, Евгений, Иван, Илья, Максим.
4 февраля – Анастасия, Георгий, Иван, Николай, Петр, Тимофей.
5 февраля – Владимир, Геннадий, Евдокия, Екатерина, Иван, Федор.

Фэн-шуй календарь с 23 января по 5 февраля

Перед тем как планировать свои дела, не забудьте заглянуть в календарь фэн-шуй!

Вы узнаете, какие дни для вас благоприятны, а в какие лучше воздержаться от намеченного.

Эти рекомендации помогут вам обрести гармонию с окружающим миром и прийти к согласию с самим собой.

	23.01	24.01	25.01	26.01	27.01	28.01	29.01	30.01	31.01	1.02	2.02	3.02	4.02	5.02
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
ОВЕН														
ТЕЛЕЦ														
БЛИЗНЕЦЫ														
РАК														
ЛЕВ														
ДЕВА														
ВЕСЫ														
СКОРПИОН														
СТРЕЛЕЦ														
КОЗЕРОГ														
ВОДОЛЕЙ														
РЫБЫ														
ЛУН. ДНИ	24/25	25/26	26/27	27/28	28/29	1/2	2/3	3/4	4/5	5/6	6/7	7/8	8/9	9/10

Полезно общение с друзьями; результативны контакты с партнерами.

Конфликты, противостояние с конкурентами, тайные враги, потеря имущества.

Благоприятны общение с детьми и внуками, вечеринки, занятия спортом, хобби.

Медицинские и косметические процедуры,

прием лекарств; покупка продуктов питания.

Внимание при контактах с коллегами и родственниками. Берегите имущество, экономьте деньги.

Удачны покупки товаров и недвижимости, заключение договоров.

Успешны поездки и путешествия. Все свои проблемы решайте вдали от дома.

Семейные дела, встречи с любимыми. Новые романтические знакомства; удачны свадьбы и помолвки.

Продавайте имущество, берите в долг; возможен случайный заработок.

Приветствуются активные действия, ответственность; общение с начальством, органами власти.

Остерегайтесь начальства; берегитесь

обмана и насилия; все начинания неблагоприятны.

Займитесь повседневными делами. Благоприятное время для сдачи экзаменов.

Есть шанс изменить ситуацию; возможно получение новостей; благоприятна подача заявлений.

Время пустых хлопот и обещаний. Не принимайте ничего близко к сердцу.

dormeo® Дормео додатковий матрац Рол Ап Комфорт

Багатофункціональне використання:

-  Вирівнює поверхню навіть старих незручних диванів
-  Зручно зберігати і транспортувати
-  Забезпечує підтримку та адаптується до контурів Вашого тіла
-  Приємне на дотик і стійке до зношування покриття
-  Не вбирає неприємні запахи та захищений від бактерій
-  Матеріал Екоцел зберігає форму і витримує вагу до 130 кг



від 1599⁰⁰ грн
Розмір 80х190 см.
Наявні різні розміри



Висота: 5 см

Європейський матрац з українською душою!

зроблено в УКРАЇНІ

Лідер ПРОДАЖУ

Для диванів та матраців!



WALKMAXX® Адаптив зимові чоботи жіночі високи

Перші зимові чоботи, які адаптуються до вашої ходи. Забезпечують комфорт увесь день завдяки заокругленій підошві 2 в 1, що розширюється до 1,5 см під час ходьби. Ніжки знаходяться в теплі та відчують м'якість.



Колір: коричневий
Розміри: 36-42

2142⁰⁰ грн 1499⁴⁰ грн

-30%

Кількість обмежена!

Телефон "Бабушкофон"

Мобільний телефон для літніх людей і тих, у кого є проблеми з зором!

- Екран 2,2" (більше 5,5 см), корпус з Softtouch покриттям, кнопки з контрастними цифрами
- Озвучування при наборі цифр
- Ємність батареї 900 mAh. У режимі очікування може тримати заряд до тижня
- Функція "лупа": ділянка, на яку наведено камеру, збільшується в 3 рази. Кнопка SOS відправить смс і зателефонує на 3 номери
- ФМ-радіо працює без антен і навушників



1299⁰⁰ грн
1039²⁰ грн

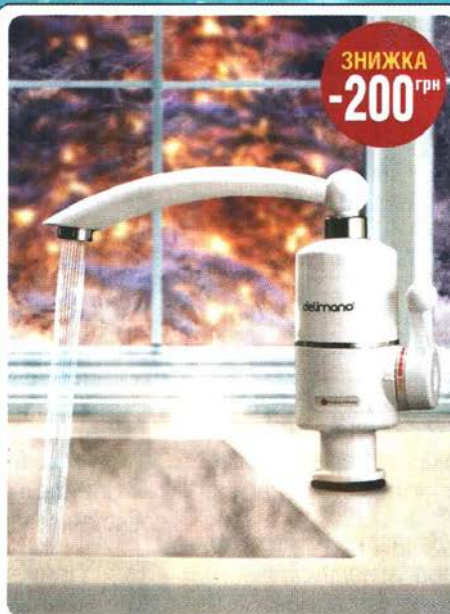
-20%

TOP SHOP

Замовлений товар буде доставлений Вам поштою або кур'єром. Ви сплачуєте замовлення тільки після його отримання. Організатором акцій є ТОВ "Студіо Модерна" (03067, м. Київ, вул. Виборзька, 103). Умови акцій діють по всій Україні з 01.01.2017 до 31.01.2017. Компанія залишає за собою право змінювати термін та умови дії пропозицій. Будь ласка, уточнюйте діючі ціни під час замовлення.

Замовляйте за телефоном: (044) 495-71-55

100% оригінальний товар!
Остерігайтесь дешевих підробок!



delimano® Делімано миттєвий водонагрівач

- Нагріває воду за лічені секунди!
- Розмір: 12,5х7 см
- Потужність: 3 кВт

1799⁰⁰ грн
1599⁰⁰ грн

ЗНИЖКА -200 грн

dormeo® Дормео анатомічна подушка Комфорт

- Піна з пам'яттю створює ідеальну підтримку, що забезпечує розслаблення, комфорт та правильне положення хребта під час сну. Відмінно пристосовується до контурів голови та шиї
- Підходить для сну у будь-якому положенні

30х50 см

-50%

зроблено в УКРАЇНІ

898⁰⁰ грн
449⁰⁰ грн

зроблено в УКРАЇНІ



Пояс зігріваючий

Завдяки сухому теплу верблюжої шерсті полегшує біль при радикуліті та остеохондрозі, корисний під час лікування запаленої сечостатевої системи

130х25 см
249⁰⁰ грн



Тільки до 20 січня!

Годинник у ПОДАРУНОК за будь-яке замовлення!

*мається на увазі придбання за 1 грн з ПДВ.